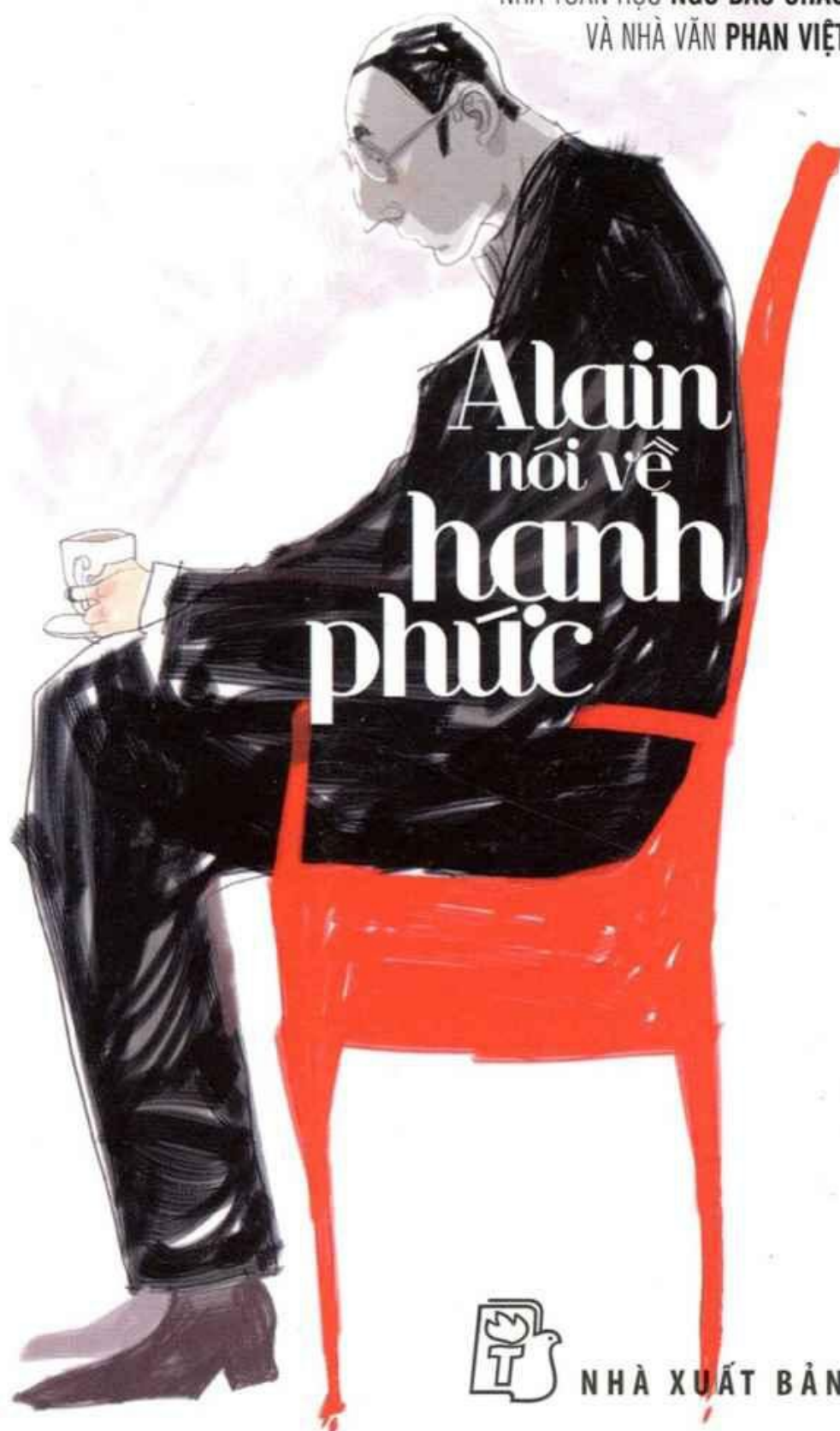


CẢNH CỬA | MỞ RỘNG

ÉMILE CHARTIER

Hồ Thanh Vân - Cao Việt Dũng - Nguyễn Í Long dịch

VỚI LỜI GIỚI THIỆU CỦA
NHÀ TOÁN HỌC **NGÔ BẢO CHÂU**
VÀ NHÀ VĂN **PHAN VIỆT**



NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

ÉMILE
CHARTIER



Hồ Thanh Vân - Cao Việt Dũng - Nguyễn Í Long dịch

NHÀ XUẤT BẢN TRÉ



Thông tin sách

Tên sách: **Alain nói về hạnh phúc (Tủ sách cánh cửa mở rộng)**

Nguyên tác: **Propos sur le bonheur**

Tác giả: **Émile Chartier**

Người dịch: **Hồ Thanh Vân, Cao Việt Dũng, Nguyễn Í Long**

Nhà xuất bản: **NXB Trẻ**

Trọng lượng vận chuyển: **380 g**

Kích thước: **13 x 20 cm**

Số trang: **334**

Ngày xuất bản: **03/2013**

Giá bìa: **105.000đ**

Thể loại: **Triết học**

Thông tin ebook

Type+Làm ebook: **thanhbt**

Ngày hoàn thành: **19/05/2015**

Dự án ebook #126 thuộc Tủ sách BOOKBT



***Ebook này được thực hiện nhằm chia sẻ cho những bạn không có điều kiện mua sách!
Còn nếu bạn có khả năng hãy sách mua ủng hộ nha!***

Giới thiệu

Alain Nói Về Hạnh Phúc là tập hợp những đoản luận của Alain - một triết gia nổi tiếng và quan trọng của Pháp vào đầu thế kỷ thứ 20, về một trong những câu hỏi lớn nhất của nhân loại: *hạnh phúc*. Ta khám phá, hoặc tái khám phá, thông qua những bài viết sâu sắc của ông, những thái độ sống khôn ngoan nhưng không phải ai cũng từng nghĩ đến, hoặc giả, đã từng nghĩ đến nhưng không đủ kiên trì và dũng cảm để làm theo và phát huy đến cùng. Sách dành cho tất cả những ai từng ít nhất một lần tự đặt cho mình câu hỏi sau: “*Hạnh phúc là gì?*”

Mục lục

LỜI GIỚI THIỆU

1. Con ngựa Bucephale
2. Kích ứng
3. Marie sầu thương
4. Suy nhược thần kinh
5. Chứng phiền muộn
6. Về cảm xúc
7. Sợ hãi chính là căn bệnh
8. Về trí tưởng tượng
9. Nỗi khổ tinh thần
10. Cây argan
11. Y học
12. Nu cười
13. Tai nạn
14. Thâm kích
15. Về cái chết
16. Các tư thế
17. Tập thể dục
18. Những lời cầu nguyện
19. Nghệ thuật gấp
20. Cấu kinh
21. Tính cách
22. Định mệnh
23. Tâm hồn tiên tri
24. Tương lai của chúng ta
25. Tiên đoán
26. Hercule
27. Ý muốn
28. Ai cũng đạt được cái họ muốn
29. Về số phận
30. Đừng tuyệt vọng
31. Trên đồng cỏ lớn
32. Cảm xúc lặn chìm
33. Trong gia đình
34. Sự xót xa
35. Sự hòa thuận trong gia đình
36. Về đời tư
37. Đôi lứa

- [38. Buồn chán](#)
- [39. Tóc đô](#)
- [40. Canh bạc](#)
- [41. Hy vọng](#)
- [42. Hành động](#)
- [43. Con người hành động](#)
- [44. Diogène](#)
- [45. Kẻ ích kỷ](#)
- [46. Nhà vua cảm thấy buồn](#)
- [47. Aristote](#)
- [48. Những người nông dân hạnh phúc](#)
- [49. Các loại công việc](#)
- [50. Công việc](#)
- [51. Nhìn xa](#)
- [52. Du hành](#)
- [53. Điều nhảy của những con dao](#)
- [54. Xương gôn](#)
- [55. Than vãn](#)
- [56. Sự hùng biện của cảm xúc](#)
- [57. Về sự tuyệt vọng](#)
- [58. Về sự thương hại](#)
- [59. Nỗi khổ của người khác](#)
- [60. Niềm an ủi](#)
- [61. Thờ cúng người chết](#)
- [62. Gribouille](#)
- [63. Dưới cơn mưa](#)
- [64. Sục sôi](#)
- [65. Épictète](#)
- [66. Chủ nghĩa khắc kỷ](#)
- [67. Hãy tự tiết mình](#)
- [68. Tính lạc quan](#)
- [69. Thả lỏng](#)
- [70. Kiên nhẫn](#)
- [71. Thiên ý](#)
- [72. Lời chửi rửa](#)
- [73. Vui vẻ](#)
- [74. Một phương cách trị liệu](#)
- [75. Vệ sinh tinh thần](#)
- [76. Ngợi ca bầu sữa mẹ](#)
- [77. Tình bạn](#)

- [78. Về sự thiếu quyết đoán](#)
- [79. Quyết định](#)
- [80. Chúc mừng năm mới](#)
- [81. Lời cầu chúc](#)
- [82. Phép lịch sự](#)
- [83. Biết sống](#)
- [84. Làm vừa lòng](#)
- [85. Platon thầy thuốc](#)
- [86. Nghệ thuật giữ gìn sức khỏe](#)
- [87. Chiến thắng](#)
- [88. Thi sĩ](#)
- [89. Hạnh phúc là đức hạnh](#)
- [90. Hạnh phúc thật hào phóng](#)
- [91. Nghệ thuật hưởng thụ hạnh phúc](#)
- [92. Về nghĩa vụ hưởng thụ hạnh phúc](#)
- [93. Cần phải thế nào](#)



Tủ sách hợp tác giữa
**nhà toán học Ngô Bảo Châu,
nhà văn Phan Việt
với Nhà xuất bản Trẻ**

Tủ sách CÁNH CỬA MỞ RỘNG được thực hiện nhằm mục đích giới thiệu những đầu sách có giá trị của thế giới và trong nước đến bạn đọc Việt Nam, đặc biệt là bạn đọc trẻ, góp phần thúc đẩy việc đọc sách, tinh thần hiếu học, coi trọng tri thức và những giá trị sống. Các tựa sách trong tủ do nhà toán học Ngô Bảo Châu và nhà văn Phan Việt tuyển chọn và giới thiệu.

Tủ sách được phân thành ba mảng: văn học, khoa học xã hội - kinh tế, và khoa học tự nhiên; trước mắt cấu tạo tủ sách gồm 80% các sách có khả năng tiếp cận đồng đảo bạn đọc và 20% cho các sách chuyên ngành.

LỜI GIỚI THIỆU

Của Nhà toán học NGÔ BẢO CHÂU và Nhà văn PHAN VIỆT

Émile Chartier là một nhà triết học Pháp sống vào nửa cuối thế kỷ mười chín và nửa đầu thế kỷ hai mươi. Ông dạy triết học ở trường trung học và những bài giảng của ông đã để lại một dấu ấn sâu sắc lên một lớp trí thức Pháp dần thân.

Ông phát minh ra một thể loại văn chương mà ông gọi là “propos”, có thể dịch là “trao đổi”. Đó là những bài viết ngắn ký tên Alain, lúc đầu đăng một tuần một lần trên tờ báo địa phương *Tin nhanh Rouen*, và sau đó thì đăng hàng ngày. Các bài “trao đổi” của Alain thường không dài, và ông tự đặt cho mình cái lệ là viết một mạch, không bao giờ sửa lại. Đề tài trao đổi lấy từ muôn mặt của cuộc sống, nhưng bao giờ cũng cũng được rọi sáng bằng nhãn quan của nhà triết học.

Những “trao đổi” về đề tài hạnh phúc và bất hạnh được Alain tập hợp lại thành quyển sách *Propos sur le bonheur*. Thay vì dịch thẳng từ tiếng Pháp thành “Trao đổi về hạnh phúc”, chúng tôi đã chọn tên sách theo bản dịch tiếng Anh *Alain on happiness*.

Đây không phải là cuốn cẩm nang dạy cho bạn kỹ năng để làm sao nhất được hết mọi hạnh phúc trên những nẻo đường của cuộc đời, và tránh được hết mọi bất hạnh. Alain quan tâm nhiều hơn đến thái độ của mỗi người đối với hạnh phúc và bất hạnh, phân tích tại sao người ta không biết hạnh phúc với hạnh phúc của mình và tự làm cho sự bất hạnh nhân lên nhiều lần. Như vậy, quyển sách này thực sự là một cuốn cẩm nang theo nghĩa là nhờ vào nó mà bạn có thể học được cách hạnh phúc thực sự với những hạnh phúc mà cuộc đời đã mang đến, và không tự làm mình bất hạnh hơn những bất hạnh mà cuộc đời đã bắt chúng ta phải chịu.

Tủ sách Cánh cửa mở rộng trân trọng giới thiệu với bạn đọc quyển sách mới *Alain nói về hạnh phúc* và hy vọng rằng quyển sách này sẽ trở thành là một người bạn đồng hành chung thủy của bạn đọc.

NGÔ BẢO CHÂU và PHAN VIỆT

1. Con ngựa Bucéphale

Không sao đâu được đưa bé đang khóc, cô bảo mẫu bèn nghĩ tới nhiều nguyên nhân, tính nết của bé, những thứ nó thích hay không thích, rồi viện đến cả di truyền học, nhận ra trong bé tính nết của bố nó. Những thử nghiệm tâm lý học của cô bảo mẫu còn tiếp tục cho tới khi cô ta phát hiện ra một cái kim băng, lý do thật làm cho đứa bé khóc.

Khi người ta đem con ngựa Bucéphale tới chàng Alexandre^[1], không một kỵ sĩ nào ngồi vững trên lưng con vật đáng gờm này được. Kẻ thô thiển sẽ nói: “Con ngựa này thật là dữ tợn”. Nhưng chàng Alexandre thì đi tìm cái kim băng và chóng tìm thấy. Chàng nhận ra ngựa Bucéphale hoảng sợ trước cái bóng của chính mình. Rồi mỗi khi nó lồng lên sợ hãi thì cái bóng của nó lại chồm lên theo, và tạo thành một cái vòng luẩn quẩn. Thấy vậy, Alexandre hướng Bucéphale về phía mặt trời và cứ giữ yên con ngựa trong vị trí đó, bằng cách này chàng đã trấn an và quy phục được nó. Người học trò của Aristote^[2] hiểu rằng ta không có chút quyền lực nào với sự giận dữ một khi ta chưa biết lý do đích thực của nó.

Có người biết phủ nhận nỗi sợ bằng những lý lẽ vững vàng, thế nhưng người đang sợ thì đâu có lắng nghe lý lẽ, anh ta chỉ nghe thấy tim mình đang đập và máu mình đang sôi mà thôi. Kẻ thông thái rôm suy luận rằng nguy hiểm dẫn đến sự sợ hãi, người bị cảm xúc chế ngự thì cho là sự sợ hãi dẫn đến nguy hiểm. Cả hai đều nghĩ mình có lý, nhưng cả hai đều lầm, kẻ thông thái rôm lầm tới hai lần vì anh ta bỏ qua nguyên do đích thực của nỗi sợ và không hiểu sự nhầm lẫn của người đầy cảm xúc kia. Một người đang sợ sẽ tự nghĩ ra một mối nguy hiểm nào đó để giải thích cho nỗi sợ rất có thực mà mình cảm thấy. Một cái gì đó bất ngờ có thể làm ta sợ hãi, mặc dù bản thân nó không nguy hiểm, chẳng hạn như một tiếng súng nổ rất gần, hoặc chỉ đơn giản là sự hiện diện của ai đó không trông đợi. Thống chế Masséna^[3] đã từng hoảng sợ chỉ vì một pho tượng trong cầu thang tối tăm, để rồi phải ba chân bốn cẳng bỏ chạy.

Đôi khi sự mất kiên nhẫn và tâm trạng khó chịu của một người xuất phát từ chỗ anh ấy phải đứng quá lâu. Xin chớ tranh luận với tâm trạng của anh ấy mà hãy đem đến một chiếc ghế. Khi nói rằng phong cách quyết định mọi thứ, Talleyrand^[4] đã biểu đạt được nhiều hơn ông ấy nghĩ. Ông ấy chịu khó đi tìm cái kim băng để không phải tạo ra sự khó chịu cho người khác và rốt cuộc cũng tìm thấy nó. Các nhà ngoại giao thời nay dường như đều bị một cái kim băng nằm ở đâu đó dưới lớp áo lót làm cho khó chịu, khiến biết bao nhiêu chuyện rắc rối nảy sinh ra ở châu Âu. Ai cũng biết rằng một đứa trẻ khóc sẽ làm cho những đứa trẻ khác khóc theo. Còn tệ hơn nữa, nhiều khi người ta gào lên chỉ để mà gào. Cô bảo mẫu, bằng một động tác chuyên nghiệp, sẽ đặt đứa trẻ nằm sấp xuống, ngay lập tức đứa bé sẽ phản ứng theo một cơ chế khác. Đó chính là nghệ thuật thuyết phục người khác, rất bình dị, của cô bảo mẫu. Tôi cho rằng những thảm họa của năm 1914^[5] xảy ra vì những nhân vật quan trọng bị rơi vào thế bất ngờ, và chính vì vậy mà họ sợ. Một người khi đang sợ thì dễ rơi vào trạng thái giận dữ, sự cáu giận thường đến sau những cơn kích động. Thật không dễ chịu cho ai đó đột nhiên bị quấy rầy khi đang nghỉ ngơi hay tiêu khiển; khi đó, anh ta sẽ rất dễ nổi khùng. Cũng giống như một người bị đánh thức đột ngột khi đang ngủ, anh ta sẽ tỉnh dậy trong cơn hoảng hốt. Đừng vội gọi một người nào đó là kẻ dữ tợn, khoan hẵng gán cho anh ta tính cách đó. Hãy đi tìm cái kim băng trước đã.

8 tháng mười hai 1922

2. Kích ứng

Khi chẳng may ta bị mắc nghẹn, cả một cơn não loạn sẽ xuất hiện trong cơ thể, như thể mọi cơ quan cùng được thông báo về mối nguy hiểm sắp xảy ra, các cơ bắp đồng thời co lại, tim cũng tham gia, và thế là một cơn co giật xuất hiện. Ta làm gì được đây? Liệu ta có thể tự tiết chế để tránh những phản ứng ấy không? Triết gia sẽ hỏi như thế chỉ vì ông ấy thiếu kinh nghiệm. Thầy dạy thể dục hoặc thầy dạy kiếm thuật sẽ phá lên cười khi nghe học sinh bảo: “Em không làm sao điều khiển được bản thân mình, cả người tự nhiên cứng đờ ra trong khi các cơ bắp cứ co lại.” Tôi từng biết một người khá là thô bạo, sau khi xin phép cẩn thận, anh ta sẽ dùng thanh kiếm luyện tập vụt lấy vụt để lên người bạn, nhằm mở ra một lối thoát cho lý trí. Ai cũng biết cái lẽ tự nhiên là cơ bắp phải ngoan ngoãn tuân theo ý nghĩ của chúng ta, như một con chó biết vâng lời. Tôi nghĩ đến việc duỗi tay và thế là tôi duỗi tay. Nguyên nhân chính của sự co quắp và sự nổi loạn mà tôi vừa nhắc tới chính là ở chỗ ta không biết phải làm gì. Trong ví dụ trên, cái ta cần làm chỉ đơn giản là thả lỏng toàn thân và tổng ra ngoài chút chất lỏng đã trót chui nhầm lối, thay vì ra sức mà hít vào, làm tăng thêm sự hỗn loạn. Nói một cách khác, ta phải tổng ra ngoài sự sợ hãi, cái mà, ở mọi trường hợp, chỉ gây ra tai họa.

Có một cách chữa cũng tương tự như vậy cho chứng ho lúc cảm lạnh, nhưng lại rất ít khi được dùng. Phần lớn người ta ho giống như gãi ngứa, gãi với một sự cuồng nộ mà chính mình lại là nạn nhân. Ho thành từng cơn làm ta mệt mỏi và bị kích ứng thêm. Để trị chứng bệnh này, bác sĩ đã tìm ra viên kẹo ngậm. Tôi tin rằng tác dụng chính của viên kẹo là bắt ta phải nuốt nước miếng. Nuốt là một phản ứng mạnh, kém chủ động hơn ho, nằm ở xa hơn tầm kiểm soát của ta. Cơn co thắt để nuốt vào khiến cho cơn co thắt để ho trở nên bất khả thi. Vẫn chỉ là câu chuyện lật sấp đưa trẻ sơ sinh xuống mà thôi. Tôi tin rằng nếu ngay từ đầu ta biết chặn đứng khía cạnh bị kích trong cơn ho thì ta cũng chẳng cần đến những viên kẹo ngậm nữa. Nếu ngay từ đầu ta biết kiên định thả lỏng cơ thể, thì sự kích ứng ban đầu sẽ mau chóng qua đi.

Từ “kích ứng” đáng làm cho ta suy nghĩ. Nhờ vào sự thông minh của từ ngữ, nó còn được dùng để chỉ xúc cảm dữ dội nhất^[6]. Tôi không thấy nhiều sự khác nhau giữa một người buông mình theo cơn giận dữ và một người ho lấy ho để. Cũng như vậy, nỗi sợ là sự hoang mang của cơ thể mà không phải lúc nào ta cũng vận dụng nghệ thuật thể dục để chống lại được. Trong tất cả các trường hợp này, sai lầm là ở chỗ ta để cho suy nghĩ của mình phục vụ cảm xúc để rồi tự đắm mình vào trong nỗi sợ hãi và sự giận dữ với một sự hào hứng hoang dã. Nhìn chung, người ta hay làm bệnh tình mình trầm trọng hơn bởi cảm xúc. Đó chính là số phận của những ai không biết thực hành môn thể dục đích thực. Môn thể dục đích thực, như người Hy Lạp cổ đã nhận ra, chính là sự điều khiển cơ thể bằng lý trí. Dĩ nhiên không phải mọi cử động. Chỉ là ta không để cho cơn cuồng nộ cản trở những phản ứng tự nhiên của cơ thể. Theo tôi nghĩ, đó chính là cái mà ta phải dạy cho trẻ con, bằng cách cho trẻ ngắm những pho tượng đẹp nhất và lấy chúng làm mẫu mực, bởi chính những pho tượng đó mới là đối tượng đích thực cho sự thờ phụng của con người.

5 tháng mười hai 1912

3. Marie sầu thương

Ngẫm về cái chứng điên chu kỳ không hề là việc vô bổ, nhất là hội chứng “Marie sầu thương và Marie hoan hỉ” mà một giáo sư tâm lý học nước ta đã may mắn khám phá ra. Mặc dù câu chuyện này đã gần như rơi vào quên lãng, nó rất xứng đáng để ta ghi lại. Cô gái ấy cứ vui được một tuần thì lại buồn mất một tuần, đều đặn như một cái đồng hồ. Lúc cô vui thì mọi thứ đều ổn hết, cô thích cả trời mưa lẫn trời nắng, một dấu hiệu nhỏ nhất của tình bạn cũng làm cô vui sướng. Nếu nghĩ tới một mối tình thì cô sẽ nói: “Sao mà mình gặp may thế!” Cô chẳng bao giờ thấy buồn chán, những suy nghĩ nhỏ nhặt nhất cũng đem một sắc màu tươi tắn, như những bông hoa đẹp khỏe khoắn, bông nào bông nấy đều đáng yêu. Cô ở trong cái trạng thái mà tôi muốn cầu chúc cho các bạn, các bạn của tôi ạ. Như cái vò nào cũng có hai quai, nhà thông thái đã nói thế, mọi việc đều có hai mặt, mặt nặng nề như ta muốn, mặt khích lệ và an ủi như ta muốn. Nỗ lực của chúng ta để được hạnh phúc không bao giờ là uổng phí.

Chỉ một tuần sau mọi thứ đã đổi sắc thái. Cô rơi vào một trạng thái uể oải và tuyệt vọng, không có gì khiến cho cô quan tâm nữa, ánh mắt của cô như làm mọi vật ứa tàn. Cô không còn tin vào hạnh phúc nữa, cô không còn tin vào sự triu mến nữa. Như chưa từng có ai yêu quý cô, và thực ra người ta cũng có lý, cô cho mình là ngốc nghếch và đáng chán. Cứ nghĩ mãi như thế làm cho bệnh tình trở nên trầm trọng hơn, cô biết điều đó cho nên cô cứ thế tự giết mình một cách chi tiết, một kiểu phương pháp kinh khủng. Cô nói: “Anh muốn làm cho tôi tin rằng anh quan tâm đến tôi, nhưng tôi không mắc lừa những trò hề của anh đâu.” Một lời khen đồng nghĩa với sự chế nhạo, một hành động tử tế như để hạ nhục cô. Mọi bí mật đều là âm mưu đen tối. Chứng bệnh tưởng ấy không có thuốc chữa, vì hiện thực dù tốt đẹp cách mấy có mỉm cười với con người bất hạnh này thì cũng là uổng công. Để có được hạnh phúc thực ra ta cần nhiều ý chí hơn là ta vẫn tưởng.

Nhưng nhà tâm lý học phát hiện một sự thật ghê gớm, một thử thách đáng sợ ngay cả đối với một tâm hồn can đảm. Trong số nhiều phương pháp quan sát khác nhau, ông ấy chọn việc đếm huyết cầu trong máu. Và quy luật hiện ra rất rõ ràng. Vào cuối giai đoạn vui, lượng huyết cầu giảm đi, vào cuối giai đoạn buồn, chúng lại bắt đầu tăng lên. Thiếu và thừa huyết cầu, đó là nguyên nhân của toàn bộ sự huyền ảo đến điên cuồng này. Bây giờ thì vị bác sĩ đã có đủ cơ sở để đáp lại những lời chan chứa xúc cảm của Marie: “Cô hãy an tâm đi, đến mai là cô sẽ lại thấy vui thôi.” Nhưng cô ta không muốn tin vào điều đó.

Một người bạn, cho rằng bản chất mình là buồn bã, có bình luận thế này: “Quá rõ rồi còn gì. Ta làm gì được nào? Tôi không thể tạo ra huyết cầu cho mình bằng cách tư duy. Cho nên mọi thứ triết học thực ra là vô bổ. Vũ trụ bao la mang lại cho ta vui hay buồn là tùy vào những quy luật của nó, như mùa đông hay mùa hè, như trời mưa hay trời nắng. Mong muốn được hạnh phúc của tôi chẳng đáng được đếm xỉa hơn mong muốn được đi dạo là bao; tôi đâu có gọi mưa ở thung lũng này, tôi đâu có tạo ra nỗi buồn ở bên trong tôi. Tôi đang chịu đựng nó đấy chứ, và tôi biết là tôi phải chịu đựng nó. Cũng là một cách tự an ủi!”

Câu chuyện không đơn giản như vậy đâu bạn thân mến. Khi phải nhai đi nhai lại những dự cảm nặng nề, những điềm gở và những kỷ niệm đen tối, ta tự mang trong lòng mình một nỗi buồn, và, theo một nghĩa nào đó thì ta đang nhấm nháp nó. Nhưng nếu biết rằng vấn đề ở đây chỉ liên quan tới số lượng huyết cầu, ta sẽ cười những suy luận của mình, ta sẽ đẩy lui nỗi buồn vào trong cơ thể, nơi nó chỉ còn là sự mệt mỏi hay bệnh tật, nơi nó không còn được trang điểm để biến thành một thứ gì khác nữa.

Chịu đựng một cơn đau dạ dày dễ dàng hơn nhiều so với việc chịu đựng sự phản bội. Và chẳng phải là tốt hơn nếu ta chỉ thiếu huyết cầu thay vì thiếu những người bạn đích thực? Một người bị xúc cảm chế ngự luôn từ chối cả lý lẽ lẫn thuốc an thần. Phương pháp mà tôi nói đến mở cửa cho cùng một lúc hai phương thuốc, không đáng để bạn lưu ý hay sao?

18 tháng tám 1913

4. Suy nhược thần kinh

Vào mùa mưa bóng mây, tâm tính đàn ông và đàn bà thay đổi thất thường như tiết trời. Hôm qua, một người bạn, một người hiểu biết và khá lý tính có bảo với tôi rằng: “Tôi không hài lòng với chính mình. Mỗi khi tôi không phải bận bịu với công việc hay chơi bài bridge^[7], đầu tôi vẫn vơ cả nghìn ý nghĩ linh tinh khiến tôi hết chuyển từ vui sang buồn lại chuyển từ buồn sang vui, ở đủ các cung bậc, còn mau hơn con chim câu thay đổi sắc màu trên cổ. Những ý nghĩ linh tinh ấy, như ý nghĩ về một bức thư phải viết, một chuyến tàu điện bị lỡ, hay về một cái áo choàng quá nặng, đều đạt mức độ quan trọng phi thường, cứ như thể chúng có thể tạo ra những sự bất hạnh đích thực. Dù tôi có cố lập luận và cố tự chứng minh với mình rằng những cái đó chẳng liên quan gì đến tôi, lập luận đó không thuyết phục được tôi, không vang to hơn một cái mặt trống sừng nước. Tóm lại, tôi cảm thấy mình hơi bị suy nhược thần kinh.”

Tôi nói với bạn tôi rằng thôi nhé, anh đừng đại ngôn nữa nhé, hãy cố mà hiểu sự việc đi. Tình trạng của anh cũng giống như mọi người thôi, chỉ phải cái không may cho anh là anh thông minh mà lại hay nghĩ đến mình quá, cứ cố tìm hiểu tại sao lúc thì mình vui, lúc thì lại buồn. Đâm ra anh câu tiết với chính bản thân mình, vì thật ra không hề dễ giải thích niềm vui và nỗi buồn bằng những gì mà anh biết.

Nguyên nhân dẫn đến việc ta sướng hay khổ thực ra đâu có nặng nề đến thế đâu. Mọi thứ phụ thuộc vào cơ thể của ta và các chức năng của nó. Ngay cơ thể mạnh khỏe nhất cũng luôn dao động từ trạng thái căng sang trạng thái chùng, từ chùng sang căng, rất nhiều lần, tùy theo bữa ăn, tùy theo bậc cầu thang, tùy vào nỗ lực để tập trung chú ý, tùy vào những gì ta đọc và tùy cả vào thời tiết, tùy theo ngân ấy thứ mà tâm trạng của anh lúc lên lúc xuống, dập dềnh như một con thuyền bồng bềnh trên mặt nước. Mà xám có rất nhiều sắc độ thì có gì lạ đâu, lúc bận thì ta còn không nghĩ đến nó, nhưng có chút thời gian để nghĩ và để tâm đến chúng, những nguyên nhân nhỏ nhặt sẽ bảo nhau mà kéo tới hàng đàn. Anh tưởng đó là nguyên nhân trong khi thực ra đó là kết quả. Một đầu óc tinh tế luôn tìm ra đủ lý do để buồn nếu anh ta buồn, để vui nếu anh ta vui, cùng một nguyên nhân mà dẫn tới hai kết quả. Pascal khi đứng ngắm bầu trời sao ở bên cửa sổ chợt rung mình hoảng sợ trước sự vô hạn của muôn ngàn tinh tú, cơn rung mình triết học nổi tiếng của ông^[8] chắc hẳn xuất phát từ việc ông bị nhiễm lạnh mà không hay. Một nhà thơ khác, với cơ thể khỏe khoắn hơn, sẽ trò chuyện với các vì sao như tán gẫu với các cô gái. Cả hai sẽ nói những chuyện hay ho về bầu trời và về những vì sao, nhưng lại là những chuyện không hề liên quan đến nhau.

Spinoza^[9] bảo con người không thể không có cảm xúc, nhưng ông ấy cũng bảo rằng người thông thái biết tạo ra trong tâm hồn mình một không gian rộng cho những suy nghĩ tươi vui, rộng đến nỗi nếu đặt bên cạnh, xúc cảm trở nên thật nhỏ nhoi. Ta không nhất thiết phải đi theo ông trên con đường nhọc nhằn này, ta vẫn có thể noi gương ông mà tự tạo ra cho mình vô số niềm hạnh phúc, như âm nhạc, hội họa, những cuộc chuyện trò, những niềm hạnh phúc ấy sẽ làm những nỗi buồn của ta trở nên nhỏ bé. Những người quảng giao hành hạ lá gan của mình để thực hiện nghĩa vụ xã hội. Hẳn chúng ta nên đỏ mặt vì còn chưa học hỏi được nhiều hơn từ nghề nghiệp có ích và đầy trách nhiệm của mình, từ những cuốn sách hay từ bạn bè. Nhưng không biết để tâm một cách có hệ thống đến những gì có giá trị là một lỗi lầm thường gặp, nó có thể đưa đến những hậu quả tai hại. Chúng ta cần những thứ có giá trị đó. Đôi khi biết mong muốn những gì mình thực sự cần đã là cả một nghệ thuật vĩ đại.

22 tháng hai 1908

5. Chứng phiền muộn

Cách đây ít lâu, tôi có gặp một người bạn bị sỏi thận, tâm trạng của anh ta khá là u ám. Ai cũng biết rằng bệnh tật làm ta buồn bã. Khi tôi nói với anh điều đó, anh đồng ý ngay. Tôi bèn bảo anh: “Bởi vì anh đã biết căn bệnh này làm mình rầu rĩ nên anh chẳng việc gì phải ngạc nhiên khi mình buồn, cũng chẳng việc gì phải lấy đó làm buồn.” Lập luận hay ho này cho anh ta một dịp cười sảng khoái, và chỉ thế đã là một kết quả không nhỏ. Thực ra, dưới cái cách bông lơn này, tôi đã biểu đạt được một cái gì quan trọng, nhưng lại rất ít khi được những con người bất hạnh đề ý đến.

Nỗi buồn sâu sắc luôn luôn là hệ quả của một trạng thái bệnh lý. Chùng nào một sự sầu muộn còn chưa thành bệnh lý thì nó còn dễ cho ta yên, những khoảnh khắc yên ổn ấy có nhiều hơn ta tưởng. Bản thân ý nghĩ về nỗi bất hạnh làm ta ngạc nhiên nhiều hơn là đau đớn, chùng nào mà sự mệt mỏi, hay một viên sỏi lẫn quất ở đâu đó, còn chưa làm đầu óc ta trở nên trầm uất. Phần lớn người ta chối bỏ điều này và cho rằng bên trong nỗi bất hạnh, cái làm họ đau khổ chính là cái ý nghĩ về sự bất hạnh. Nhưng phải thừa nhận rằng khi ta đã thực sự bất hạnh, khó mà không cảm thấy một số hình ảnh trong tâm trí ta như thể tự nhiên mọc ra gai vuốt, và chỉ ngần ấy thứ thôi đã đủ sức hành hạ ta rồi.

Để ý tới những người được coi là mắc chứng phiền muộn, ta sẽ thấy họ luôn biết cách tìm ra lý do để mà buồn trong bất kỳ ý nghĩ nào. Mọi lời nói đều làm họ tổn thương. Khi bạn tỏ ra ái ngại, họ sẽ cảm thấy mình bị hạ nhục và bất hạnh hết thuốc chữa. Còn nếu bạn không tỏ ra ái ngại, họ sẽ tự nhủ rằng mình không còn ai làm bạn bè nữa, rằng mình hoàn toàn đơn độc giữa cuộc đời. Những xáo động trong suy nghĩ chỉ nhằm nhắc lại cho họ về cái trạng thái khó chịu mà bệnh tật đang kiểm tỏa họ. Vào lúc mà họ tự luận chống lại mình, vào lúc mà họ cảm thấy bị đè bẹp bởi những lý lẽ dường như đủ lớn lao cho một nỗi buồn vĩnh cửu, họ nhắm nháp nỗi buồn của chính mình, như một người sành ăn thưởng thức một món ngon. Người mắc chứng phiền muộn đem đến cho ta hình ảnh phóng to của một con người khốn khổ. Hiển nhiên ở trong họ nỗi buồn chính là cơn bệnh, cái đó thực ra đúng với bất kỳ ai. Chính sự suy diễn làm ta đau hơn nỗi đau, giống như khi tay ta không ngừng táy máy vọc vào vết thương còn chưa lành của mình.

Đây là một bệnh thần kinh có đủ sức đẩy cảm xúc lên thành cơn cuồng nộ. Ta thoát khỏi nó bằng cách tự nhủ rằng nỗi buồn cũng chỉ là một loại bệnh, ta chịu đựng nó như chịu đựng bệnh tật, chứ không cần đến quá nhiều lý lẽ. Nhờ thế mà ta giải tán được cả bè lũ những lời chua cay, ta sẽ coi nỗi buồn của mình như một cơn đau bụng, ta sẽ đâm mình vào một nỗi phiền muộn câm lặng, một dạng ngây độn gần như vô thức, ta sẽ ngừng buộc tội và chỉ chịu đựng thôi, nhưng vì thế ta sẽ được ngơi nghỉ, và đấy chính là cách để ta chiến đấu với nỗi buồn. Đây cũng là mục đích của những lời cầu nguyện. Trước vũ trụ bao la, trước thượng đế toàn tri, trước sự kỳ vĩ bất khả tri, trước công lý không thể xâm phạm, người mộ đạo ngừng suy nghĩ. Tất nhiên, không có lời cầu nguyện nào, dù thành tâm đến đâu, lại có thể mang lại kết quả ngay lập tức. Chiến thắng được sự giận dữ đã là một thành quả rồi. Tự kê cho mình loại thuốc an thần tưởng tượng ấy cũng là một cách thương tình để ta ngừng đếm những bất hạnh của chính mình.

6 tháng hai 1911

6. Về cảm xúc

Bệnh tật là thứ dễ chịu đựng hơn cảm xúc. Nguyên do ắt hẳn là thế này, ta thấy cảm xúc vừa từ tính nết của ta mà ra, vừa từ tư duy của ta, nhưng cảm xúc còn biểu hiện một cái gì tất yếu, ta khó mà cưỡng lại được. Khi một vết thương trên cơ thể làm ta đau, ta thấy bằng chứng của sự tất yếu trong những gì vây quanh ta, mọi thứ đều ở bên trong chúng ta, trừ sự đau đớn. Lúc một vật, thông qua vẻ ngoài của nó, tiếng động mà nó gây ra, hoặc thông qua mùi vị của nó, khơi dậy trong ta những cơn sợ hãi hoặc một sự ham muốn dữ dội, chúng ta vẫn còn có thể buộc tội thứ này thứ kia để rồi chạy trốn chúng, nhằm tìm lại trạng thái cân bằng. Nhưng với cảm xúc thì ta không có chút hy vọng nào hết, bởi không phải nhất thiết đối tượng phải nằm ở trước mặt tôi thì tôi mới yêu hay mới ghét, tôi hình dung ra đối tượng, thậm chí tôi còn biến đổi nó, bằng cách thực hiện một thao tác của nội tâm giống như trong thơ ca. Mọi thứ đều dẫn tôi về đó, những suy luận của tôi hợp lý và có vẻ rất đúng, và thường thì sự sáng suốt của trí tuệ tiêm thuốc cho tôi vào đúng chỗ cần phải tiêm. Ta không bị đau khổ đến như vậy bởi các xúc động tức thời. Nếu có một nỗi sợ lớn buộc bạn phải bỏ chạy, thì khi ấy bạn không nghĩ đến bản thân mình nhiều lắm. Nhưng nỗi xấu hổ vì mình đã sợ, nếu người ta làm bạn cảm thấy xấu hổ, sẽ biến thành sự giận dữ hoặc tự biện đông dài. Nhất là nỗi xấu hổ của bạn ở ngay trong chính mắt bạn, vào những lúc bạn ở một mình, chủ yếu là về đêm khi bạn muốn tâm hồn được nghỉ ngơi, là một cái gì không thể chịu đựng được. Có thể nói vào lúc ấy bạn đang thoải mái gặm nhấm sự xấu hổ một cách tuyệt vọng. Tất cả các mũi tên mà bạn bắn đi lại quay đầu nhằm vào người bạn, chính bạn là kẻ thù của bạn. Khi một người bị cảm xúc điều khiển cho rằng mình không bị bệnh, và không gì có thể ngăn cản mình sống rất khỏe mạnh vào lúc này, thì anh ta sẽ đi đến suy nghĩ: “Cảm xúc của tôi, đó chính là tôi, nó mạnh hơn tôi.”

Trong cảm xúc vô thức luôn luôn có sự hối hận và nỗi kinh hãi. Theo tôi, lý do là bởi ta thường tự nhủ: “Tôi làm chủ bản thân kém đến vậy sao? Tôi có nhai đi nhai lại mãi vẫn những cái ấy không?” Từ đó sinh ra cảm giác nhục nhã. Cũng có cả nỗi kinh hãi nữa, vì ta tự nói với mình: “Chính suy nghĩ của tôi bị đầu độc, những suy luận của tôi quay ra chống lại chính tôi. Quyền lực ma thuật nào dẫn dắt suy nghĩ của tôi như thế này?” Ở đây ma thuật đang xuất hiện đúng chỗ của nó. Tôi tin rằng chính sức mạnh của cảm xúc và trạng thái nô lệ nội tâm đã dẫn con người đến với ý niệm về quyền lực huyền bí và một số phận bị nguyên rủa bởi một lời nói hoặc một cái nhìn. Vì không thể tự cho mình là bệnh nhân, con người bị cảm xúc chi phối tự cho rằng mình bị nguyên rủa. Ý nghĩ này cấp nguyên liệu cho một quá trình suy diễn không có hồi kết với mục đích là tự hành hạ mình. Ai sẽ nhận ra những nỗi đau khổ ghê gớm ấy không nằm ở bất kỳ đâu? Viễn cảnh về một nỗi thống khổ không có hồi kết, hơn nữa mỗi phút lại trầm trọng hơn, khiến cho con người chạy bỏ đến với cái chết trong niềm hân hoan.

Nhiều người đã viết về vấn đề này; các nhà theo chủ nghĩa khắc kỷ đã để lại cho chúng ta những luận cứ đẹp để chống lại sợ hãi và giận dữ. Nhưng Descartes^[10] mới là người đầu tiên, và ông cũng tự nhận như vậy, đi vào trọng tâm của vấn đề trong quyển *Traité des Passions* (tạm dịch là *Khảo luận về cảm xúc*^[11]) của mình. Ông chỉ ra rằng, mặc dù nằm gọn trong não trạng, cảm xúc vẫn phụ thuộc vào những sự luân chuyển diễn ra trong cơ thể ta: chính những luân chuyển của máu hay dòng đối lưu của một loại chất lỏng nào đó du hành bên trong các dây thần kinh cuốn những ý nghĩ ấy quay trở lại với bộ óc của ta, một cách còn dữ dội hơn trong sự im lặng của đêm. Thường thì chúng ta không nắm bắt được sự náo loạn này của cơ thể, chúng ta chỉ nhận thấy những tác động của nó mà thôi, hoặc giả chúng ta nghĩ rằng chính cảm xúc tạo ra sự náo loạn đó, trong khi ngược lại chính sự luân chuyển trong cơ thể mới là cái dung dưỡng cảm xúc. Nếu hiểu rõ được điều này, ta sẽ tránh được việc tự suy xét về những giấc mộng hoặc về những cảm xúc, cái mà chẳng qua cũng chỉ là những giấc mộng được liên kết chặt chẽ với nhau hơn. Ta sẽ nhận ra sự tất yếu bên ngoài mà tất cả chúng ta đều phải tuân phục, thay vì tự buộc tội mình hay tự nguyên rủa mình. Có lẽ ta sẽ tự nhủ: “Tôi đang buồn. Mọi thứ đều đen tối. Nhưng đây không phải lỗi của những gì xảy ra, cũng không phải lỗi của những gì tôi nghĩ. Đây chính là cơ thể tôi muốn tư duy, đây chính là ý kiến của nội tạng.”

9 tháng năm 1911

7. Sự hãi chính là căn bệnh

Tôi còn nhớ một tay pháo thủ biết xem chỉ tay. Anh ta từng làm nghề tiểu phu và nhờ cuộc sống cô độc ấy mà biết xem tướng. Tôi đoán anh bắt chước một thầy tướng số nào đó và bắt đầu tập quan sát lòng bàn tay, đọc ý nghĩ ở đó, như chúng ta đọc trong ánh mắt và nếp nhăn trên mặt. Dưới ánh nến trong khu rừng Sồi Rạng^[12], anh ta tìm lại được ngôi đền^[13] trong tất cả sự uy nghi, nói những gì thường rất đúng về tính nết con người một cách có chừng mực, dự đoán tương lai gần và tương lai xa của từng người, những điều mà không ai cười được cả. Sau đó tôi đã có dịp nhận thấy một trong những lời tiên đoán của anh đã trở thành sự thật, có thể tôi đã thêm thắt gì đó vào ký ức của mình chỉ vì tôi cảm thấy dễ chịu khi lời tiên đoán đó xảy ra. Trò chơi của trí tưởng tượng đã một lần nữa cảnh báo tôi, nhắc nhở tôi rằng mình phải thật thận trọng, bởi vì tôi chưa từng cho anh ta cũng như bất kỳ ai khác xem chỉ tay của mình. Toàn bộ sức mạnh của sự hoài nghi nằm ở chỗ ta không muốn hỏi nhà tiên tri, bởi vì khi ta đã hỏi, tức là ta đã phải tin một chút. Vậy nên sự cáo chung của những nhà tiên tri, dấu vết của cuộc cách mạng Ki-tô giáo, không hề là một sự kiện nhỏ.

Thalès, Bias, Démocrite^[14] và những vị bô lão nổi danh khác của thời Cổ đại chắc chắn đều mắc bệnh huyết áp vào lúc họ bắt đầu rụng tóc, nhưng họ không hề biết gì về chuyện ấy. Đó là một lợi thế không nhỏ. Những con người cô độc ở Thébaïde^[15] lại còn có một lợi thế lớn hơn nữa: nhờ biết trông mong cái chết chứ không hề e sợ nó, họ lại sống rất lâu. Nếu nghiên cứu sự lo lắng và nỗi sợ hãi một cách thật cận kề, cả về khía cạnh sinh lý học, ta sẽ thấy rằng lo lắng và sợ hãi là những căn bệnh làm cho các căn bệnh khác trầm trọng hơn, tiến triển nhanh hơn, thành thử ra người nào biết mình bị ốm mà lại biết được điều ấy qua lời sấm của bác sĩ, anh ta sẽ bị ốm đến hai lần. Tôi thấy rất rõ rằng nỗi sợ khiến chúng ta chiến đấu chống lại bệnh tật bằng các chế độ ăn uống và các phương thuốc, nhưng chế độ ăn uống nào và phương thuốc nào có thể chữa cho chúng ta thoát khỏi nỗi sợ hãi?

Con chóng mặt có khi chúng ta đứng ở trên cao là một căn bệnh thật, nó bắt nguồn từ việc chúng ta hình dung ra cú rơi và những động tác tuyệt vọng của một người đang rơi. Cú ngã này hoàn toàn nằm trong tưởng tượng. Con quặn ruột của thí sinh cũng thế, nỗi sợ bị trả lời sai cũng có tác động mạnh mẽ như dầu thầu dầu^[16]. Hãy thử căn cứ vào đó mà đoán định những hậu quả của một nỗi sợ liên tục. Nhưng, để biết thật trọng đôi với sự thận trọng thì còn cần nhận ra điều này nữa: cơn sợ hãi sẽ tự nhiên làm trầm trọng thêm nỗi đau. Ai sợ mất ngủ thì sẽ thao thức trằn trọc, và ai sợ đau dạ dày thì sẽ có vấn đề về tiêu hóa. Vậy nên cần bắt chước người khỏe chứ đừng có bắt chước người ốm. Môn thể dục này chưa được nghiên cứu một cách chi tiết, nhưng ta có thể cược rằng những cử chỉ lịch sự và thiện tâm đều là biểu hiện của sức khỏe, theo như cái định luật khẳng định rằng các dấu hiệu của sức khỏe không là gì khác ngoài chính những cử động phù hợp với sức khỏe. Bác sĩ tồi chính là người mà ta quý mến và làm cho họ quan tâm đến bệnh tật của ta. Ngược lại, bác sĩ giỏi là người sẽ hỏi bạn: “Anh có khỏe không?” nhưng sau đó thì chẳng buồn để ý đến câu trả lời.

5 tháng ba 1922

8. Về trí tưởng tượng

Trong số các dụng cụ của bác sĩ để khâu vết thương trên mặt bạn sau một tai nạn nhỏ, có một cốc rượu rum với mục đích kích lệ lòng can đảm vốn đang nguội dần trong lòng bạn. Thế nhưng, thường thì người uống cốc rượu rum không phải bệnh nhân mà là người bạn đi cùng phải chứng kiến cảnh ấy, anh này không được chuẩn bị sẵn tâm lý từ trước nên mặt mày tái nhợt và mất hết tinh thần. Điều này cho thấy rằng, trái ngược hẳn với những gì những người rao giảng đạo đức nói, không phải lúc nào chúng ta cũng đủ sức để chịu đựng sự đau đớn của người khác.

Nên xem xét kỹ ví dụ này vì nó thể hiện một dạng lòng thương không phụ thuộc chút nào vào thiên kiến của chúng ta. Nhìn vào giọt máu, cũng như làn da đang phải chịu mũi kim kia chọc vào, gây nên một cảm giác kinh hoàng lan truyền khắp cơ thể, như thể chính ta đang cố cầm máu của mình, như thể da ta đang phải cố mà săn lại. Hiệu ứng của tưởng tượng này chiến thắng cả lý trí, bởi vì ở đây trí tưởng tượng không hề suy nghĩ. Đầu óc khôn ngoan sẽ đưa ra một lập luận để thuyết phục rằng đâu có phải da của người đang chứng kiến bị kim chọc vào đâu, nhưng lập luận hiển nhiên này vẫn chẳng có tác dụng gì. Rượu rum có sức thuyết phục hơn nhiều.

Thông qua câu chuyện này mà tôi hiểu rằng những người khác có ảnh hưởng rất mạnh lên chính chúng ta, chỉ bởi sự hiện diện của họ, chỉ bởi những biểu hiện cảm xúc của họ. Tôi nhìn thấy lòng thương, nỗi kinh hoàng, cơn giận dữ, những giọt nước mắt trước khi kịp để tâm tới chúng. Chứng kiến một vết thương khủng khiếp làm thay đổi nét mặt của vị khán giả, và đến lượt khuôn mặt ấy thể hiện sự khủng khiếp và làm cơ hoành của người nhìn vào mặt anh ta cũng thắt lại, trước khi người này kịp hiểu ra người kia đang nhìn thấy cái gì. Dù cho ta có khiếu đến đâu thì việc miêu tả lại cũng tác động ít hơn nhiều so với khuôn mặt đầy xúc cảm kia. Tác động của sắc mặt là tác động trực tiếp và tức thì. Vậy nên ta sẽ miêu tả rất không chuẩn xác lòng thương cảm nếu nói rằng người đang thương cảm kia nghĩ tới bản thân mình và tự đặt mình vào địa vị của người đang đau đớn. Nhận thức này, nếu có, thì chỉ xuất hiện sau khi lòng thương cảm đã nảy sinh ra mà thôi; thông qua việc bắt chước người khác, cơ thể ta sẽ ngay lập tức chiều theo nỗi đau đớn, điều này tạo ra một nỗi hoảng loạn không tên. Con người ta cứ tự vơ vào mình cơn thót tim đó, với anh ta, nó cũng giống như là một loại bệnh.

Ta cũng có thể giải thích được hiện tượng chóng mặt bằng suy luận sau: người đứng trên bờ vực hẫng đã tự nhủ rằng mình có thể ngã xuống đó, nhưng anh ta biết nếu bám vào thành lan can thì anh ta không thể ngã được, mặc dù vậy cơn chóng mặt vẫn cứ làm cho anh ta bủn rủn cả người. Trí tưởng tượng luôn tác động lên cơ thể trước tiên. Tôi từng nghe kể chuyện về một giấc mơ trong đó người nằm mơ thấy mình tham gia vào một cuộc hành hình sắp được diễn ra, nhưng anh ta không biết là mình sẽ bị hành quyết hay là ai khác, thậm chí anh ta còn không tìm ra cách nào khả dĩ để giải thích chuyện này mà chỉ cảm thấy đau ở vùng xương sọ thôi. Trí tưởng tượng thuần túy là như vậy. Tâm hồn, cái mà ta luôn cho là hào hiệp và nhạy cảm, nếu bị tách riêng ra thì dường như chẳng quan tâm nhiều đến thế. Cơ thể sống động đẹp đẽ hơn nhiều, nó đau đớn bởi ý niệm và nó lành bệnh nhờ vào hành động. Không phải không có chút xáo động nào, tư duy đích thực phải biết vượt qua một cái gì đó hơn là một trở ngại thuần túy lô-gic, chính một chút xáo động còn lại làm cho tư duy trở nên đẹp đẽ. Ấn dụ chính là đóng góp của cơ thể vào cuộc chơi hùng tráng này.

22 tháng hai 1923

9. Nỗi khổ tinh thần

Trí tưởng tượng còn khủng khiếp hơn một tay đao phủ Trung Hoa^[17], nó đong đếm nỗi sợ, nó bắt chúng ta nhấm nháp nỗi sợ như nếm một món ăn ngon. Một thảm họa có thực không bao giờ xảy ra hai lần, thảm họa ấy nghiền nát nạn nhân, người mà mới đó thôi còn giống hệt chúng ta, và không mấy may nghĩ tới thảm họa. Một người đang đi dạo bị xe húc phải, bắn xa hai mươi mét và chết ngay. Tai họa đã kết thúc, nó không bắt đầu, cũng không kéo dài, thời lượng của nó chỉ tồn tại trong tư duy của chúng ta mà thôi.

Vì vậy khi nghĩ đến tai nạn, tôi sẽ đánh giá nó không đúng. Tôi đánh giá nó như một người lúc nào cũng sắp bị xe cán, dù rằng chuyện ấy sẽ không xảy ra. Tôi tưởng tượng ra chiếc xe đang đi tới, trong thực tế, tôi sẽ thoát thân nếu nhận ra cái xe, nhưng tôi lại không thoát thân nổi vì tôi đã đặt sẵn mình vào vị trí của người bị xe cán. Tôi hình dung về việc mình bị xe cán như thể nó xảy ra trong phim, một cảnh quay chậm, thậm chí đôi lúc hình ảnh còn dừng hẳn lại, rồi tôi lại tua lại từ đầu để chết cả nghìn lần trong khi thật ra tôi vẫn đang sống. Pascal từng nói người nào mạnh khỏe thì không chịu nổi bệnh tật, chính bởi vì anh ta đang mạnh khỏe. Một căn bệnh nặng đè nén chúng ta đến mức rốt cuộc chúng ta chẳng còn cảm nhận được điều gì nữa ngoài hiện tại. Một sự kiện, dù có tệ hại đến đâu, vẫn có mặt tốt: nó chấm dứt việc suy đoán về những gì có thể xảy ra, nó không còn là chuyện sẽ xảy tới nữa, nó cho ta thấy một tương lai mới mẻ với những màu sắc mới mẻ. Đối với một người đang đau bệnh, niềm hạnh phúc tuyệt diệu mà anh ta mong đợi là cái trạng thái tầm thường mà mới chỉ ngày hôm qua thôi còn khiến anh ta bất hạnh. Ta khôn ngoan hơn ta tưởng.

Những khổ đau có thực diễn ra thật mau, giống như tay đao phủ đi đến nhà chúng ta vậy. Hấn cắt tóc, xé áo, trói tay, đẩy người đi. Chuyện này tôi cứ tưởng là kéo dài lắm, bởi tôi cứ nghĩ đến nó, trở đi trở lại với nó, bởi tôi cứ cố nghe cho được tiếng kéo xoèn xoẹt, cố cảm thấy cho được bàn tay bọn lâu la túm lấy tay tôi. Trong thực tế, ấn tượng này đuổi ấn tượng khác đi, và hẳn những suy nghĩ thực của tử tù chính là những đợt run rẩy, giống như các đốt thân của một con sâu vậy, chúng ta cứ muốn con sâu phải đau đớn khi bị cắt ra làm nhiều mảnh, nhưng sự đau đớn của con sâu phải nằm trong mảnh nào đây?

Ta nhói đau khi phải chứng kiến cảnh một cụ già quay trở về trạng thái trẻ con, hay khi một người say đến ngất độn chỉ cho chúng ta “nắm mộ của một người bạn”. Ta nhói đau là bởi ta mong họ vừa là người như họ bây giờ, vừa là người mà bây giờ họ không như thế nữa. Thế nhưng tự nhiên đã đi theo con đường của nó, những bước chân của nó không thể đảo ngược, đó là cái may, mỗi trạng thái mới khiến cho trạng thái tiếp theo trở nên khả dĩ. Toàn bộ sự bất hạnh mà bạn thu gom sẽ được rải đều trên con đường thời gian, nỗi bất hạnh của giây phút này mang trong nó giây phút tiếp theo. Một người đã già thì không phải là một thanh niên đang đau khổ vì tuổi già, một người sắp chết thì không phải một người đang sống nhưng rồi đây sẽ chết.

Chính bởi vậy mà chỉ những người đang sống mới chịu tác động của cái chết, chỉ những người đang sung sướng mới hình dung được sức nặng của bất hạnh. Nói cho cùng, ta có thể nhạy cảm với những đau khổ của người khác hơn là với những đau khổ của chính mình mà không hề nhuộm màu đạo đức giả. Từ đó có thể dẫn đến một nhận định sai lầm về cuộc đời, nó sẽ đầu độc cuộc đời nếu ta không biết đề phòng. Cần suy nghĩ về thực tại với toàn bộ sức lực, bằng khoa học đích thực, thay vì diễn tuồng.

12 tháng mười hai 1910

10. Cây argan ^[18]

Những thứ rất vật vãnh cũng có thể làm hỏng một ngày đẹp trời, chẳng hạn như một đôi giày đang làm ta đau chân. Lúc ấy thì chẳng gì còn có thể làm cho ta thích thú được nữa, và đầu óc phán xét cũng vì thế mà trở nên trì độn. Phương thuốc thì đơn giản thôi: toàn bộ nỗi bất hạnh ấy có thể được cởi bỏ như quần áo giày dép. Chúng ta biết rõ là nỗi bất hạnh sẽ trở nên nhẹ nhõm, ngay bây giờ, nếu như ta hiểu ra nguyên nhân của nó. Đứa trẻ sơ sinh bị cái kim băng chọc vào người gào khóc như đang mắc phải một chứng bệnh gì khủng khiếp lắm, đó là vì nó không hề có ý niệm về nguyên nhân cũng như phương thuốc. Thậm chí đôi khi nó còn tự làm mình đau hơn vì cứ phải gào mãi, rồi cũng vì thế mà mỗi lúc lại gào to hơn. Ta nên đặt tên cho hiện tượng này là cơn đau tưởng tượng, những cơn đau tưởng tượng cũng có thực như mọi cơn đau khác, chúng chỉ mang tính tưởng tượng ở chỗ ta vừa duy trì chúng bằng hành vi của mình, lại vừa đổ tội cho những thứ ở bên ngoài. Không chỉ có trẻ sơ sinh mới cảm thấy tức tối vì chính nó la hét.

Ta thường nói tâm trạng tồi tệ là một loại bệnh mà đứng trước nó ta thấy bất lực. Bởi vậy trước hết tôi muốn nhắc lại một vài ví dụ về sự đau đớn và cáu giận mà chỉ cần một động tác rất đơn giản là có thể loại trừ ngay lập tức. Ta biết rằng khi bị chuột rút thì dù cứng rắn đến đâu, người ta cũng phải hét lên, nhưng nếu áp thẳng bàn chân xuống đất, bạn sẽ tự chữa khỏi cho mình trong giây lát. Khi bị muỗi bọ hay muỗi than bay vào mắt, nếu lấy tay dụi, bạn sẽ khốn khổ suốt hai hay ba tiếng đồng hồ; nhưng bạn chỉ cần để yên hai tay mà tập trung nhìn vào chóp mũi, nước mắt sẽ chảy ra và ngay lập tức giải thoát cho bạn. Kể từ khi học được cái mẹo rất đơn giản ấy, chắc tôi đã dùng nó đến hơn hai chục lần. Đó chính là bằng chứng cho thấy nếu khôn ngoan thì ta đừng vội đổ lỗi cho người và vật xung quanh, mà trước tiên phải đề phòng chính mình đã. Đôi khi ta quan sát thấy một số người thích thú với nỗi bất hạnh, và cái này còn được phóng đại lên nữa ở một số dạng người điên. Bởi thế mà ta rất dễ sáng tác ra một thứ cảm giác vừa thần bí vừa ma quỷ. Như vậy là ta đã mắc lừa trí tưởng tượng rồi, không có gì sâu sắc ở trong việc gãi ngứa, và cũng chẳng hề có sự thích thú đau đớn nào, mà chỉ có một sự chộn rộn, cáu giận bộc phát do không hiểu rõ nguyên nhân. Nỗi sợ khi bị gãi ngứa là kết quả của những cử động vụng về và hỗn loạn tưởng đâu sẽ giúp cho ta tránh được cú gãi, điều tồi tệ hơn cả là những cử động ấy làm cho cơn ngứa cũng bị hoảng loạn

theo. Từ đây mà tôi có thể rút ra kết luận, theo kiểu của người Scythie ^[19], chừng nào một người đã biết cưỡi ngựa vững thì anh ta coi như là đã đủ khôn ngoan, hoặc gần gần như thế. Thậm chí còn có cả một nghệ thuật ngã đáng kinh ngạc ở người say rượu, vì anh ta không hề cố tình ngã sao cho khéo, và đáng ngưỡng mộ ở người lính cứu hỏa, vì nhờ tập luyện mà anh ta biết cách ngã sao cho không bị gì.

Ta cảm thấy dường như một nụ cười là cái gì đó thật nhỏ bé và không có tác động lên tâm lý, vì thế ta không cố gắng để cười. Nhưng phép lịch sự thường làm thay đổi toàn bộ con người ta chỉ với việc làm ta nở một nụ cười và chào hỏi một cách duyên dáng. Nhà sinh lý học biết rất rõ nguyên nhân của điều này, cười có tác động sâu sắc tương đương với động tác ngáp, nó làm giãn cổ họng, tác động đến buồng phổi rồi dần dần đến cả trái tim của ta. Bác sĩ sẽ không thể tìm thấy thứ gì trong hòm đồ nghề của mình có tác dụng nhanh và điều hòa đến vậy. Ở đây trí tưởng tượng lôi ta ra khỏi cơn đau bằng một cách nhẹ nhõm thực sự, thực không kém gì những cơn đau do chính nó gây ra. Ai muốn tỏ ra mình là người vô tư lự đều biết cách nhún vai duyên dáng. Nếu để ý ta thấy động tác này làm thông khí cho phổi và làm tim đập dịu lại, theo tất cả các nghĩa của từ này. Từ này thì có nhiều nghĩa, nhưng trái tim thì chỉ có một mà thôi.

11 tháng chín 1923

11. Y học

Nhà khoa học nói rằng: “Tôi biết nhiều, nhưng tôi có ý thức đầy đủ về những gì mà tôi chưa biết. Tôi biết làm sao mà chỉ một cái đinh ốc bị long ra có thể làm hỏng cả một cỗ máy, chỉ vì lơ là tí chút, không để tâm trong vài phút, và thường là do không biết tham vấn ý kiến chuyên môn đúng lúc. Chính vì vậy mà tôi dành thời gian để giám sát cái cỗ máy phức tạp mà tôi tạm gọi là cơ thể này. Cứ mỗi khi cơ thể tôi có triệu chứng hỏng hóc, rệu rã là tức thì tôi đi gặp chuyên gia để được ông ấy khám cái phần bị bệnh hoặc có vẻ bị bệnh đó. Và nhờ sự săn sóc ấy, theo lời khuyên nhủ của ngài Descartes vĩ đại, tôi tin chắc rằng mình sẽ kéo dài được cuộc đời chừng nào mà cơ thể tôi, cái mà tôi được thừa kế từ cha ông, còn cho phép, tất nhiên không tính đến những bất trắc của số phận. Sự thông thái là như thế đấy.” Nhà khoa học luận như vậy, và ông ta sống thắm lắm.

Người một sách nói rằng: “Tôi biết nhiều ý tưởng sai lầm khiến cuộc đời trở nên phức tạp vào cái thời buổi dễ tin này. Những nhầm lẫn ấy đã mách bảo cho tôi những chân lý quan trọng mà ngay các nhà bác học của chúng ta cũng chỉ biết mù mờ. Trí tưởng tượng, theo như những gì tôi đọc được, là bà hoàng của thế giới con người như ngài Descartes vĩ đại đã giải thích cho tôi tại sao trong cuốn *Khảo luận về cảm xúc*. Bởi vì không có nỗi lo nào lại không làm tâm can tôi như bị thiêu đốt, ngay cả khi tôi vượt qua được, không có điều bất ngờ nào lại không làm tôi loạn nhịp tim. Chỉ riêng ý nghĩ về một con giun nằm lẫn trong đĩa xa-lát đã làm tôi thấy thực sự buồn nôn. Tất cả những ý nghĩ điên khùng ấy, ngay cả khi tôi không tin, vẫn cắm rễ thật sâu vào ruột gan, làm thay đổi sự lưu thông của máu và tâm trạng tôi, cái mà ý chí không sao làm nổi. Những kẻ thù vô hình mà tôi nuốt vào bụng có là gì đi nữa cũng chẳng làm khổ trái tim, dạ dày của tôi hơn so với những thay đổi tâm trạng hay những mộng tưởng vẩn vơ. Trước hết tôi cần giữ cảm giác hài lòng trong phạm vi có thể, thứ hai tôi cần phải gạt ra xa cái lo lắng, cái cứ nhắm ngay vào cơ thể tôi và chắc chắn sẽ làm rối loạn mọi chức năng sống của nó. Chẳng phải ta đã thấy, trong lịch sử của mọi dân tộc, biết bao người đã chết vì cứ tưởng rằng mình bị nguyên rủa? Chẳng phải ta đã thấy, chỉ cần đương sự được báo trước thôi là việc thôi miên thành công thế nào? Thế nhưng, kể cả vị bác sĩ giỏi nhất đâu có thể làm được gì khác ngoài việc thôi miên tôi? Và tôi đâu có thể trông chờ gì vào điều tốt đẹp từ những viên thuốc của ông ấy cho, khi mà chỉ cần một lời nói thôi cũng đủ làm tim tôi loạn nhịp? Tôi không rõ lắm mình có thể hy vọng điều gì từ y học, nhưng tôi biết rất rõ những gì mình nên e ngại. Quả thật, dù có cảm thấy khó chịu đến thế nào trong cái cỗ máy mà tôi tạm gọi là cơ thể, cách tốt nhất vẫn là tự an ủi với ý nghĩ rằng chính sự chú tâm và nỗi lo lắng phần nào đã gây ra tình trạng rối loạn của mình. Phương thuốc đầu tiên, phương thuốc chắc chắn nhất, là không nên lo lắng về chứng đau dạ dày, đau thận nhiều hơn những cái chai ở bàn chân. Chỉ một chút biểu bì chai cứng thôi cũng có thể gây ra chứng ấy đau đớn cho ta, đó chẳng phải là một bài học thấm thía về lòng kiên nhẫn hay sao?”

23 tháng ba 1922

12. Nụ cười

Tôi cho rằng tâm trạng buồn rầu vừa là nguyên nhân vừa là kết quả, thậm chí tôi còn nghiêng về hướng cho rằng phần lớn bệnh tật là do chúng ta bỏ quên phép lịch sự mà ra. Ý tôi muốn nói đến sự tàn bạo của cơ thể con người lên chính nó. Cha tôi từng có thời gian quan sát súc vật do công việc của ông^[20] và thấy rằng, tuy chịu cùng những điều kiện như con người và có xu hướng lạm dụng ngang với con người, súc vật ít đau ốm hơn con người. Điều đó làm ông kinh ngạc. Ấy là vì con vật không có tâm trạng, ý tôi muốn nói đến sự cáu giận, mệt mỏi, hay chán chường, những cái được chính tư duy con người dung dưỡng. Ví dụ, ai cũng biết rằng đầu óc ta tức tối vì khó ngủ lúc nó đang muốn ngủ, và chính sự căng thẳng ấy làm cho nó mất ngủ. Những khi khác, do lo lắng những gì tệ hại nhất, đầu óc để cho những ảo tưởng đen tối chi phối và gây nên tâm trạng lo âu, thứ cản trở quá trình lành bệnh. Chỉ cần trông thấy cái cầu thang là tim ta đột nhiên thất lại, vì một hiệu ứng tương tượng đã bóp nghẹt hơi thở, đúng vào lúc mà ta cần thở thật nhiều. Còn cáu giận đúng là một dạng bệnh tật, giống như ho, người ta thậm chí còn có thể xem ho như một loại bực tức. Mặc dù ho có nguyên nhân xuất phát từ tình trạng cơ thể, nhưng trí tưởng tượng mong chờ cơn ho và có khi còn đi tìm nó, với ý tưởng điên rồ là muốn thoát khỏi cơn bệnh bằng cách làm cho nó trầm trọng thêm, y hệt như những người gãi ngứa. Tôi biết là con vật cũng gãi, đến mức tự hại mình, nhưng con người giữ độc quyền trong cái khả năng nguy hiểm là biết gãi bằng tư duy, và bằng cảm xúc của mình, một cách trực tiếp, mà kích động tim và làm tăng huyết áp.

Tạm bỏ qua cảm xúc vì không phải cứ muốn là ta có thể thoát khỏi chúng. Người ta chỉ làm được điều đó bằng nguyên tắc đường vòng, như một người đủ khôn ngoan để không theo đuổi danh vọng, để khỏi bị cuốn tới chỗ ham hố nó. Tâm trạng buồn rầu trói chặt ta, bóp nghẹt, chẹt cổ ta bằng cái hiệu ứng duy nhất mà chúng ta có trong tình trạng của một cơ thể hướng về nỗi buồn và dung dưỡng nỗi buồn ấy. Người đang buồn chán có cách ngồi, đứng, nói năng đặc trưng để dung dưỡng nỗi buồn chán. Kẻ cáu giận thì gò mình lại theo một cách khác, còn kẻ chán nản lại nói lòng, tôi có thể nói gần như buông lỏng cơ bắp được chừng nào hay chừng ấy, thay vì tự cho mình một phiên xoa bóp cho ra trò, cái mà cơ thể anh ta đang cần.

Phản ứng chống lại tâm trạng tuyệt nhiên không phải là chuyện phán xét, phán xét không làm được gì cả. Cái ta cần làm là thay đổi thái độ và cử chỉ một cách hợp lý, bởi vì các cơ hoạt năng là phần duy nhất của cơ thể mà ta có thể kiểm soát. Mím cười, nhún vai, là những động tác quen thuộc chống lại sự lo lắng. Xin lưu ý rằng những vận động rất dễ này có thể làm thay đổi tức thì tuần hoàn nội tạng. Ta có thể thoải mái đuổi mình và tự làm cho mình ngáp, đây là bài thể dục chữa lo lắng và bồn chồn tốt nhất. Thế mà kẻ nôn nóng không biết cách giả bộ dừng dừng, giống như người mất ngủ không biết cách giả vờ ngủ. Tâm trạng tồi tệ, trái lại, tự nó nói với nó, tự nó dung dưỡng nó. Thiếu đi sự khôn ngoan, ta phải viện tới phép lịch sự, chúng ta phải tìm đến nghĩa vụ mím cười. Đây là lý do tại sao mà ta lại thích giao du với những người bàng quan đến thế.

20 tháng tư 1923

13. Tai nạn

Ai cũng từng có lúc nghĩ về cú rơi khủng khiếp. Chiếc xe hơi to tướng trật bánh rồi cứ thế bắt đầu chúi đầu xuống, thoát tiên thì chậm, sau, có lẽ, nhanh dần lên, những con người bất hạnh ở trong đó bị treo lơ lửng trên miệng vực một lúc và gào thét điên loạn. Ai cũng có thể hình dung ra cảnh ấy dễ dàng, và một số người, trong cơn mê, sẽ còn cảm giác được phần đầu của cú rơi cũng như quãng thời gian chờ đợi chạm đất. Nhưng đây là vì họ có thời gian để suy nghĩ kỹ càng, họ mô phỏng sự việc, nhấm nháp nỗi sợ; khi đang rơi họ lại ngừng giữa chừng để suy nghĩ tiếp về cú rơi ấy. Một hôm, có người phụ nữ bảo tôi: “Đằng nào thì cũng phải chết thôi, thế mà tôi vẫn sợ đủ mọi thứ trên đời.” Thật may mắn là lực của vạn vật khi đã chi phối chúng ta thì không để cho ta rảnh rang, chuỗi khoảnh khắc coi như bị phá vỡ, sự đau đớn tột cùng cũng chỉ còn là chút bụi của đớn đau, mơ hồ. Nỗi kinh hoàng làm ta buồn ngủ. Chất cloroform^[21] cơ hồ chỉ ru ngủ được thượng tầng của tư duy, tập hợp các bộ phận khác trong cơ thể thì sôi sục hoạt động, rộn ràng và đau đớn cho chính nó, nhưng đó chưa phải là tổng tuyệt đối. Mọi nỗi đau đớn đều muốn được chiêm ngưỡng, nếu không thì người ta sẽ hoàn toàn không cảm nhận được chúng. Con đau chỉ kéo dài một phần nghìn giây và bị quên đi ngay thì còn gì là cơn đau nữa? Muốn có một cơn đau, chẳng hạn như đau răng, ta phải phán đoán, phải chờ đợi, phải vạch ra một khoảng thời gian nào đó trước và sau hiện tại, chỉ mỗi hiện tại là coi như không. Chúng ta e sợ nhiều hơn là đau khổ.

Lời nhận xét ở trên chính là lời an ủi đích thực, nó dựa trên một sự phân tích chính xác về ý thức. Nhưng trí tưởng tượng lại rất to mồm, thú vui của nó là gây ra sự kinh hoàng. Ta cần có chút kinh nghiệm. Mà kinh nghiệm thì đâu hẳn là thiếu. Một hôm, ở nhà hát, tôi bị kéo tuột khỏi ghế hơn mười mét trong một cơn hoảng loạn chớp nhoáng, chỉ vì mùi khét đã làm ai đó bỏ chạy để rồi những người khác bắt chước chạy theo. Còn gì kinh hoàng hơn là bị kẹt giữa dòng người, bị kéo đi mà chẳng biết là đi đâu, cũng chẳng biết tại sao? Nhưng tôi không biết gì về nỗi kinh hoàng ấy, lúc đó cũng không, sau này nghĩ lại cũng không. Chỉ đơn giản là tôi đã bị kéo đi và, vì chẳng phải nghiền ngẫm điều gì, thành thử tôi chẳng hề suy nghĩ. Sự dự liệu, ký ức, tất cả cùng thiếu vắng; vậy nên chẳng còn tri giác lẫn cảm xúc nữa, mà chỉ là một sự tê liệt trong vòng vài giây.

Vào cái đêm tôi lên đường ra trận, trong toa tàu buồn thảm đầy ắp những tiếng rì rầm, những câu chuyện say mê và những hình ảnh điên cuồng ấy, những ý nghĩ không mấy dễ chịu đã xâm chiếm đầu óc tôi.

Trong toa có vài kẻ chạy trốn khỏi Charleroi^[22], họ bấy giờ thoải mái sợ hãi. Không những thế, trong góc của toa tàu còn có một người trông như một cái xác chết nhợt nhạt, đầu quấn băng. Cảnh tượng này cho ta hiện thực về bức tranh đáng sợ của cuộc chiến. “Chúng tràn về phía chúng tôi”, người kể chuyện cất tiếng, “đông như kiến; chúng tôi có bắn rất đến đâu cũng chẳng ăn thua gì.” Những tưởng tượng bắt đầu chạy tán

loạn. Thật may mắn là xác chết lên tiếng, nó kể cho chúng tôi biết nó đã bị giết ở Alsace^[23] như thế nào, sau khi dính một miếng đạn pháo đằng sau mang tai; thậm họa không còn nằm trong tưởng tượng nữa, mà rất thực. “Chúng tôi bỏ chạy nấp dưới lá rừng”, cái xác nói, “Tôi thoát được ra khỏi chỗ đó, nhưng kể từ đây thì tôi chẳng biết nói gì nữa; cứ như thể không khí thoáng đảng đột nhiên làm tôi thiếp đi. Khi tỉnh dậy tôi thấy mình đang nằm trong bệnh viện. Người ta bảo vừa khều từ trong đầu tôi ra một miếng đạn to cỡ ngón tay cái.” Vậy là tôi đã bị dẫn dắt từ những khôn khổ tưởng tượng sang những khôn khổ có thực bởi

cái tay Er^[24] vừa thoát khỏi địa ngục này; và tôi ngờ rằng suy nghĩ lệch lạc chính là những nỗi khôn khổ lớn nhất. Tuy nhiên có nhận ra điều này thì tôi cũng không thể ngăn mình tưởng tượng cái âm thanh khủng khiếp của viên đạn găm vào người và tiếng xương vỡ vụn. Nhưng có thể hiểu rằng ta không bao giờ hình dung nổi sự khôn khổ như những gì xảy ra trong thực tế đã là một cái gì đó có ý nghĩa rồi.

22 tháng tám 1923

14. Thảm kịch

Những người thoát khỏi vụ đắm tàu khủng khiếp đó^[25] còn lưu lại những ký ức kinh hoàng. Bức tường băng hiện ra ngoài ô cửa sổ, sự chần chừ và niềm hy vọng thoáng qua, rồi cảnh tượng con tàu khổng lồ bùng sáng trên mặt biển phẳng lặng, rồi mũi tàu chúi xuống, đèn điện đột nhiên tắt ngấm, tiếng la hét ngay như tức thì của một nghìn tám trăm con người^[26], rồi đuôi tàu dựng đứng lên như một tòa tháp, máy móc động cơ trượt về phía mũi tàu rầm rầm như trăm nghìn tiếng sấm, cuối cùng cổ quan tài khổng lồ cũng chìm dần dưới mặt nước hàu như không gợn một chút sóng, màn đêm lạnh giá phủ lên nỗi cô độc, rồi đến cái lạnh, sự tuyệt vọng, và cuối cùng là thoát nạn. Thảm kịch diễn đi diễn lại suốt trong những đêm trần trọc mất ngủ, các ký ức giờ đây đã nối kết với nhau, mỗi đoạn mang một ý nghĩa bi thảm riêng, giống như trong một vở kịch được kết cấu tốt.

Trong vở *Macbeth*^[27], lúc vàng dương ló dạng trên lâu đài, có một người gác cửa ngấm nhìn mặt trời mọc và những con chim nhạn. Bức tranh ấy trần ngập vẻ tươi mới, giản dị và thuần khiết, nhưng chúng ta biết rằng tội ác đã diễn ra. Ở đây nỗi kinh hoàng mang tính bi kịch lên đến đỉnh điểm. Cũng vậy, trong những ký ức về vụ đắm tàu, mỗi khoảnh khắc được rọi sáng bởi những gì xảy ra sau đó. Hình ảnh con tàu rực sáng, bình thân, sừng sững trên biển khiến người ta thấy yên tâm; nhưng trong ký ức, trong giấc mơ của những người thoát nạn, theo như tôi hình dung, đó lại là một khoảnh khắc chờ đợi khủng khiếp. Tán thảm kịch giờ đây được diễn trước một khán giả đã biết rõ cốt truyện, đã hiểu, và anh ta nhắm nháp con hấp hối từng phút giây một. Nhưng ở trong chính sự kiện thì vị khán giả đó không tồn tại. Thiếu vắng suy tư, các cảm xúc đổi thay cùng lúc theo cảnh tượng, nói đúng hơn, không hề có cảnh tượng nào, mà chỉ có những cảm nhận bất ngờ, không được lý giải, gắn kết với nhau một cách lỏng lẻo, và nhất là những hành động đã phủ kín suy nghĩ, suy nghĩ tan biến trong từng khoảnh khắc, hình ảnh nào cũng hiện ra để rồi tan biến đi. Sự kiện đã giết chết tán thảm kịch. Những người đã chết thì không cảm thấy gì.

Cảm nhận chính là suy tư, là nhớ lại. Ai cũng từng để ý thấy điều đó trong các tai nạn lớn nhỏ, sự mới mẻ, sự bất ngờ, rồi hành động nghệt thờ buộc ta phải chú tâm để không còn cảm giác nào nữa, người nào thành thực tìm cách tự mình tái tạo sự kiện hẳn muốn nói rằng lúc ấy anh ta như đang sống trong một giấc mơ, không hiểu gì, không thấy trước điều gì, nhưng khi nghĩ đến nỗi kinh hoàng, anh ta cảm thấy nó lỗi mình vào một câu chuyện đầy bi thảm. Cũng giống hết như vậy ở những nỗi buồn sâu sắc, khi ta phải dõi theo bệnh tình của một ai đó cho tới lúc người ấy qua đời. Khi ấy ta như kẻ ngu ngốc, chỉ nhất nhất dốc toàn tâm toàn ý vào những hành động và tri nhận của từng khoảnh khắc. Cho dù ta có mang tới cho người khác những hình ảnh về nỗi kinh hoàng hay niềm tuyệt vọng, ta cũng không đau khổ vào đúng khoảnh khắc đó. Và những người nghĩ quá nhiều về nỗi khốn khổ của mình, lúc kể lại chúng nhằm mua nước mắt người khác, họ còn tìm thấy trong hành động này một ít khuây khỏa nữa cơ.

Dù cho những người đã chết từng cảm thấy gì chẳng nữa, thì cái chết cũng đã xóa hết tất cả. Trước khi chúng ta kịp mở báo ra đọc, nỗi thống khổ của họ đã chấm dứt từ lâu, họ đã lành bệnh. Ý tưởng này ai cũng thấy quen cả, thành ra tôi nghĩ rằng chúng ta không ai thực sự tin có một cuộc sống sau khi chết cả. Nhưng trong trí tưởng tượng của người sống, người chết cứ thế chết mãi không ngừng.

24 tháng tư 1912

15. Về cái chết

Cái chết của một chính trị gia là một dịp để suy ngẫm, và ta thấy những nhà thần học tay ngang xuất hiện khắp nơi. Ai cũng nghĩ về mình và về cái thân phận mà chúng ta cùng chia sẻ. Thực ra suy nghĩ này không hề có đối tượng, bản thân chúng ta chỉ có thể suy nghĩ về chính chúng ta với tư cách những người còn đang sống. Từ đó mà nảy sinh sự thiếu kiên nhẫn. Trước mỗi đe dọa trừu tượng và hoàn toàn không được định hình này, chúng ta không biết phải làm gì cả. Descartes từng nói rằng sự do dự thuộc vào hàng ngũ những căn đại bệnh. Vậy mà chúng ta bị rơi vào đó, vô phương cứu chữa. Những người sắp treo cổ tự tử còn ở một vị trí tốt hơn: họ chọn cây đinh và sợi dây thừng, mọi thứ chỉ phụ thuộc vào chính họ cho đến cú buông cuối cùng. Cũng giống như người mắc chứng thống phong lo tìm chỗ để chân thật thoải mái, trạng thái dù có tồi tệ đến đâu cũng muốn nhận được sự săn sóc thực sự và sự thử sức nào đó. Nhưng một người có trạng thái khỏe khoắn mà lại nghĩ tới cái chết thì gần như là lố bịch, bởi nguy cơ ấy không xác định. Cái chọn rộn thoáng chốc hoàn toàn không theo quy tắc nào, cái chọn rộn nhanh chóng trở nên vô chừng mực, chính là cảm xúc trần trụi. Cờ bạc ít nhất cũng làm cho người chơi chủ động suy nghĩ về những bài toán rất rõ ràng, những cái phải quyết định và những kỳ hạn sắp tới.

Con người thật can đảm. Không phải tùy dịp thì mới can đảm, mà đó là bản chất. Hành động, tức là dám hành động. Suy nghĩ, tức là dám suy nghĩ. Rủi ro nằm ở mọi nơi mà không làm con người run sợ. Bạn thấy con người đi tìm cái chết và thách thức nó, nhưng anh ta lại không biết cách chờ đợi nó đến. Vì nôn nóng mà tất cả những ai rảnh rỗi đều khá hiểu chiến. Không phải bởi họ muốn chết, mà đúng hơn là bởi họ muốn sống. Và nguyên nhân thực của chiến tranh chắc chắn là nỗi buồn chán của một số ít người, những kẻ muốn những rủi ro thật rõ ràng, thậm chí tìm kiếm những rủi ro được định hình, giống như trong trò cờ bạc. Và hoàn toàn không phải ngẫu nhiên mà những ai lao động bằng bàn tay của chính mình lại rất yêu hòa bình, như họ đã chiến thắng từng phút, từng giây. Thời gian của đời họ đầy ắp và xác quyết. Họ không ngừng chiến thắng cái chết, và đó chính là cách đúng để nghĩ về cái chết. Điều khiến người lính bận tâm không phải cái hoàn cảnh trừu tượng trong đó anh ta phải thường trực đối mặt với cái chết, mà là hết mỗi nguy hiểm cụ thể này tới mỗi nguy hiểm cụ thể khác. Rất có khả năng chiến tranh chính là phương thuốc duy nhất cho môn thần học biện chứng. Tất cả những kẻ sống bằng sợ hãi của người khác sẽ dẫn chúng ta đến với chiến tranh, bởi trên đời này chỉ có mỗi hiểm nguy thực sự mới chữa cho ta khỏi nỗi sợ hãi.

Hãy nhìn vào một người bị bệnh, nhờ mắc bệnh mà anh ta nhanh chóng được chữa khỏi nỗi sợ bị bệnh. Kẻ thù của chúng ta vẫn luôn luôn là những điều tưởng tượng, vì với chúng, ta không có điểm bắt víu. Làm sao chống lại những giả định? Khi một người lâm vào cảnh lụn bại, ngay lập tức anh ta sẽ thấy có nhiều việc phải làm, những việc cấp bách, nên anh ta lại thấy cuộc đời của mình vô sự. Nhưng ai sợ bị lụn bại và rơi vào cảnh khốn khó, đơn giản chỉ vì anh ta tưởng tượng ra nào là cách mạng, hồi đoái lên xuống bất ngờ, rồi thì tiền của anh ta bị mất giá, anh ta có thể làm gì được đây? Anh ta có thể mong chờ gì đây? Bất kỳ ý nghĩ nào nảy ra trong đầu anh ta đều sẽ mau chóng bị một ý nghĩ đối nghịch gạt đi, bởi vô số khả năng khác nhau, nỗi khổ cứ thế mà luân hồi, không hề tiến triển. Mọi hành động của anh ta đều là những khởi đầu giao với nhau và thất vào nhau. Tôi tin rằng ở trong nỗi sợ không có gì khác ngoài sự chọn rộn không mang lại kết quả. Suy tư luôn luôn làm tăng thêm nỗi sợ. Tôi tin rằng con người ta sợ cái chết mỗi khi họ nghĩ đến nó, nhưng còn gì mà họ không sợ nếu như họ chỉ suy nghĩ mà không hành động? Còn gì mà họ không sợ nếu như suy nghĩ của họ lạc lối trong tập hợp các khả năng có thể? Người ta có thể quặn ruột chỉ vì nghĩ tới việc phải đi khám sức khỏe. Chắc hẳn mỗi lúc quặn ruột người ta đều tưởng rằng có một lưỡi gươm đang treo trên đầu họ. Đầu phải thế. Chính sự do dự, sự thiếu vắng đối tượng, mới là cái khiến cho bụng họ cồn cào như lửa đốt.

10 tháng tám 1923

16. Các tư thế

Kể tầm thường nhất cũng trở thành một nghệ sĩ vĩ đại ngay khi anh ta diễn tả nỗi bất hạnh của chính mình. Nếu tim anh ta se lại, quả như người ta nói, bạn sẽ thấy anh ta dùng hai cánh tay của mình siết chặt lồng ngực hơn nữa, rồi kéo căng toàn bộ hệ cơ bắp. Chẳng có kẻ thù nào mà anh ta vẫn nghiêng rặng, ôm ngực, chĩa nắm đấm lên trời. Nên biết rằng, dẫu những động tác chọn rộn ấy không biểu hiện ra bên ngoài, chúng vẫn cứ hình thành ở bên trong cơ thể bất động, từ đó nảy sinh ra những hiệu ứng còn mạnh mẽ hơn nữa. Đôi khi chúng ta cảm thấy kinh ngạc vì khi trần trọc, những ý nghĩ thường là khó chịu ấy cứ quay vòng vòng mãi, tôi dám cược rằng chính sự diễn xuất kia đã gọi những ý nghĩ đó tới. Để chống lại những nỗi đau tinh thần, và cả những căn bệnh lúc chúng vừa mới chớm, ta cần phải rèn luyện và tập thể dục. Tôi tin rằng chỉ cần như thế là đủ, vậy mà người ta đâu có để ý.

Những lễ thói của phép lịch sự có hiệu ứng rất mạnh mẽ lên suy nghĩ của chúng ta. Ra vẻ dịu dàng, thiện tâm và vui vẻ rất có ích trong việc chống lại tâm trạng tồi tệ, thậm chí chống lại cả cơn đau dạ dày nữa. Những động tác như cúi người và cười thật tươi có tác dụng làm vô hiệu hóa sự thay đổi tâm trạng theo hướng ngược lại, tức những cơn giận, sự ngờ vực và buồn bã. Chính vì vậy mà cuộc sống trong cộng đồng, việc đi thăm nhau, nghi lễ và tiệc tùng lúc nào cũng được người ta ưa thích, đó là dịp để chúng ta thể hiện vẻ hạnh phúc. Thể loại hí kịch này giải thoát chúng ta khỏi những bi kịch, chỉ vậy thôi đã là tốt lắm rồi.

Xem xét các nghi thức tôn giáo là việc làm rất hữu ích cho các bác sĩ. Cái cơ thể đang quỳ gối, gập mình và thả lỏng đã giải phóng các bộ phận khiến cho các chức năng sống hoạt động thoải mái hơn. “Cúi đầu xuống, hỡi con người Sicambre kiêu hãnh kia.”^[28] Không phải người ta yêu cầu Clovis thôi giận dữ và thôi kiêu hãnh, mà trước hết là hãy im lặng, để cho đôi mắt nghỉ ngơi, và điều hòa lại tâm tính. Bằng cách này, toàn bộ sự hung dữ của tính cách được xóa bỏ đi, nhưng không phải là xóa bỏ lâu dài hoặc vĩnh viễn, bởi vì điều này vượt quá quyền năng của chúng ta, mà là xóa bỏ ngay lúc ấy và trong một quãng thời gian ngắn. Những phép màu của tôn giáo đâu thực sự là những phép màu.

Thật thú vị khi quan sát cái cách người ta tổng khứ khỏi đầu óc một ý nghĩ bức mình. Bạn sẽ thấy người đó nhún vai, lúc lắc thân người, như thể đang vượt lại các cơ bắp. Bạn sẽ thấy anh ta xoay xoay cái đầu, nhằm tự tạo cho mình những nhận thức khác và những mộng tưởng khác. Hay ném đi thật xa những lo âu của mình bằng một cử chỉ phóng khoáng, và bật ngón tay kêu tanh tách, đó chính là khúc dạo đầu cho một vũ điệu. Nếu đúng lúc ấy cây đàn lia của David^[29] được tấu lên, điều chỉnh lại và tiết chế những cử động đó nhằm cách ly anh ta khỏi cơn điên giận và sự sốt ruột, người mắc chứng sầu muộn sẽ mau chóng lành bệnh.

Tôi thích cái điệu bộ của sự bối rối: con người hết gãi đầu rồi lại gãi tai. Cái mẹo này có hiệu ứng đánh lạc hướng một trong những hành động thuộc loại đáng sợ nhất đó là động tác chuẩn bị ném đá hoặc phi lao. Ở đây động tác nhằm giải tỏa rất giống với động tác tập luyện. Tròng hạt là một phát minh đáng ngưỡng mộ, nó bắt cả đầu óc lẫn các ngón tay phải đếm cùng một lúc. Nhưng bí mật của nhà thông thái còn đẹp đẽ hơn. Theo ông, ý chí không tác động gì được lên cảm xúc, nhưng lại có tác động trực tiếp lên các cử động. Nhắc cây đàn violon lên chơi một bản nhạc thì dễ hơn là chấp nhận hoàn cảnh.

16 tháng hai 1922

17. Tập thể dục

Giải thích thế nào đây chuyện một nghệ sĩ dương cầm cứ tưởng mình chết vì sợ mỗi lúc phải bước lên sân khấu, lại hết sợ ngay khi bắt đầu chơi? Người ta sẽ bảo rằng, lúc đó anh ta không còn nghĩ đến việc sợ nữa, và đúng là như thế. Nhưng tôi muốn tìm hiểu về bản thân nỗi sợ ở cự ly gần hơn, để cuối cùng cũng hiểu ra rằng nghệ sĩ trấn áp nỗi sợ và trút bỏ nó bằng những cử động uyển chuyển của các ngón tay. Do bên trong cổ máy của chúng ta, mọi thứ đều có liên hệ với nhau, những ngón tay chỉ có thể được thả lỏng nếu như lồng ngực cũng được thả lỏng; tất cả các bộ phận cùng mềm mại hoặc cùng căng cứng một lúc; và, trong cái cơ thể được điều khiển thật nhịp nhàng ấy, nỗi sợ không thể tồn tại được nữa. Ca hát hay hưng biện đúng cách cũng có tác dụng trấn an không kém, vì lúc đó mọi cơ bắp đều được điều chỉnh đúng mực. Điều đáng lưu ý nhưng lại ít khi được lưu ý đó là, chính hành động chứ không phải suy nghĩ là cái giải thoát chúng ta khỏi cảm xúc. Ta không thể suy nghĩ theo ý muốn của mình được, nhưng, khi động tác đã trở nên thành thục, khi cơ bắp đã trở nên săn chắc và mềm dẻo nhờ tập thể dục, ta sẽ cử động như ta muốn. Vào những phút lo lắng, đừng cố tìm cách suy luận, bởi suy luận của bạn sẽ biến thành những mũi kim nhăm vào chính bạn. Tốt hơn hết là bạn hãy thử nâng tay lên rồi gập tay lại, những động tác ngày nay được dạy tại tất cả các trường học, hiệu ứng của nó sẽ khiến bạn kinh ngạc. Vậy là ông thầy dạy triết đang bảo bạn đến chỗ ông thầy dạy thể dục mà học đấy.

Một phi công từng kể cho tôi nghe anh đã sợ đến thế nào trong suốt hai tiếng đồng hồ nằm trên bãi cỏ đợi lệnh hỏa châu và nghiền ngẫm những hiểm nguy mà anh chẳng làm gì được. Khi đã bay lên trời và được điều khiển chiếc máy bay quen thuộc, anh ta liền hết sợ. Câu chuyện này trở lại trong tâm trí tôi trong lúc đọc về mấy cuộc phiêu lưu của ngài Fonck tài ba^[30]. Một hôm, đang lái máy bay tiêm kích ở độ cao bốn nghìn mét so với mặt đất, ông nhận ra chiếc máy bay không tuân theo lệnh điều khiển nữa và bắt đầu rơi. Ông tìm kiếm nguyên nhân và rốt cuộc phát hiện ra một quả đạn pháo bị tuột khỏi hộp đựng, làm mọi bộ phận khác ngừng hoạt động, ông bèn đặt nó về đúng chỗ, trong lúc vẫn đang rơi, rồi lại cho máy bay vọt lên, không phải chịu một tổn thất nào cả. Những giây phút ấy, trong ký ức hay trong những giấc mơ, hoàn toàn có khả năng gây hoảng sợ cho con người can đảm đó đến tận bây giờ; nhưng nếu người ta cứ tưởng ông đã sợ vào đúng khoảnh khắc ấy giống như ông có thể sợ mỗi lúc nhớ lại, thì tôi tin là người ta đã nhầm. Cơ thể hay gây khó dễ cho chúng ta bởi, mỗi khi ngừng nhận lệnh, nó bèn nắm ngay lấy quyền điều hành; nhưng ngược lại nó cũng được tạo ra để không thể dung hợp hai cách thức cùng một lúc; một bàn tay chỉ có thể xò ra hoặc nắm lại mà thôi. Nếu xò tay ra, bạn sẽ thả tung ra ngoài những suy nghĩ gây bức bối mà bạn từng giữ ở trong bàn tay nắm lại. Và chỉ cần bạn nhún vai là mọi nỗi lo âu đều tan biến, những lo âu mà bạn đã dồn nén thật chặt bên trong lồng ngực. Cũng chính theo lối ấy mà bạn không thể vừa nuốt khan vừa ho, và cũng là cách tôi dùng để giải thích hiệu quả của những viên thuốc ngậm. Giống hệt như vậy, bạn sẽ hết nấc cụt nếu ngáp được. Nhưng làm sao để ngáp? Ta sẽ ngáp được một cách dễ dàng nếu trước hết cứ mô phỏng cái ngáp ấy, vờ kéo căng cơ ra, và giả bộ ngáp; vì như vậy cái con vật đang trốn kín, cái con vật láo lếu đang làm bạn nấc cụt kia, sẽ bị đặt vào tư thế ngáp, và nó sẽ ngáp. Đó là phương thuốc rất hiệu nghiệm để chữa nấc cụt, ho và lo âu. Nhưng cái ông bác sĩ biết kê cho bệnh nhân cứ mười lăm phút phải ngáp một lần, ông ấy ở đâu?

16 tháng ba 1922

18. Những lời cầu nguyện

Ta tuyệt đối không thể nghĩ đến âm “i” trong lúc há miệng. Cứ thử đi, rồi bạn sẽ thấy rằng âm “i” cảm lạnh, chỉ vừa mới được hình dung ra thôi, đã ngay lập tức trở nên giống âm “a” rồi. Ví dụ này cho thấy trí tưởng tượng không đi xa được nếu như các cơ quan trong cơ thể vận động chống lại nó. Động tác của ta kiểm chứng mối quan hệ này bằng thử nghiệm trực tiếp, vì nó phác ra tất cả những chuyển động tưởng tượng, nếu tôi tức giận, tay tôi sẽ phải nắm lại thành nắm đấm. Điều này thì ai cũng biết rồi, nhưng thường thì ta không biết đúc kết nó lại thành phương pháp để điều chỉnh cảm xúc.

Mỗi tôn giáo đều chứa một kho thông thái thực tiễn phi phạm. Chẳng hạn, để chống lại sự nổi loạn của một con người bất hạnh, con người chối bỏ thực tế, con người tự làm hao mòn và nhân đôi sự bất hạnh của mình bằng những công việc vô ích, hãy bảo anh ta quỳ gối xuống vực mắt vào hai bàn tay. Làm như vậy tốt hơn lý luận với anh ta bởi vì bằng động tác tập thể dục ấy, từ này rất chuẩn ở đây, bạn sẽ ngăn được trạng thái tưởng tượng dữ dội, làm ngừng một lúc hiệu ứng của sự tuyệt vọng và cả sự cuồng nộ.

Khi bị cảm xúc chi phối, con người trở nên ngây thơ đến lạ lùng. Họ sẽ khó tin vào những phương thuốc giản dị đến thế. Một người bị xử tệ trước hết sẽ nghĩ ngợi chán chê để xác nhận việc người ta xúc phạm mình, anh ta sẽ đi tìm những tình tiết tăng nặng để rồi sẽ tìm thấy, anh ta sẽ đi tìm những tiền lệ để rồi sẽ tìm thấy. Anh ta sẽ nói đó là nguyên nhân của cơn giận chính đáng của tôi, và tôi không hề muốn hạ vũ khí, tự buông lỏng mình. Lúc đầu là thế. Sau đó tới phiên những lý lẽ, bởi con người là những triết gia đáng kinh ngạc, và cái làm cho họ kinh ngạc nhất là lý lẽ chẳng thể làm gì được để chống lại cảm xúc. “Ngày ngày các lý lẽ đều mách bảo tôi thế...” Câu này thì ai cũng nói cả; và hẳn tính chất bi kịch sẽ không được trọn vẹn nếu như nhân vật chính đang độc thoại kia không khai thác đến cùng những thứ cần biện hộ. Những người theo chủ nghĩa hoài nghi không sáng tạo ra cái gì mới, họ chỉ làm cho rõ nét ý niệm về định mệnh mà con người không thể cưỡng lại. Ý niệm cổ xưa nhất về Chúa, cũng là ý niệm tinh tế nhất, xuất phát từ việc con người luôn cảm thấy mình bị phán xét và kết án. Trong suốt tuổi thơ dài dằng dặc của nhân loại, họ từng tin rằng các cảm xúc của họ, như những giấc mơ, xuất phát từ thần linh. Và lần nào cảm thấy thanh thản, như thể được giải thoát, họ đều cho là mình được hưởng ân sủng màu nhiệm. Một người đang rất cáu giận quỳ gối xuống để cầu xin ơn trên dịu dàng, và thường thì anh ta sẽ có được nó, nếu như quỳ gối cho đúng cách, nếu như anh ta ở đúng tư thế để loại trừ cơn giận. Lúc ấy anh ta sẽ nói rằng anh ta cảm nhận một quyền năng đầy thiện ý giải thoát mình khỏi khổ đau. Hãy xem môn thần học đã phát triển một cách tự nhiên như thế nào. Nếu anh ta chẳng nhận được gì, người ta sẽ khuyên rằng nguyên do là anh ta đã không cầu xin đúng cách, anh ta đã không biết quỳ gối đúng cách, nói tóm gọn là vì anh ta đã quá yêu quý cơn giận của mình; và nhà thần học sẽ nói là điều này cho thấy thần linh thật công chính và độc được những gì trong tim chúng ta. Trong trường hợp này vị linh mục cũng ngây thơ không kém tí nào. Con người đã phải gánh chịu những cảm xúc trong một thời gian dài trước khi ngờ ngợ rằng những biến động của cơ thể chính là nguyên nhân gây ra cảm xúc, và bởi thế, một bài thể dục phù hợp chính là phương thuốc. Và vì họ nhận ra những hệ quả mạnh mẽ của tư thế, của lễ nghi, tạm gọi là của phép lịch sự, thành thử những biến đổi tâm tính đột ngột, mà người ta gọi là cải đạo, trong suốt một thời gian dài được coi như những phép màu. Sự mê tín luôn luôn đồng nghĩa với việc giải thích các hiện tượng đích thực bằng những nguyên nhân siêu nhiên. Cả bây giờ vẫn vậy, vào những lúc nước sôi lửa bỏng, những người có học vấn cao nhất cũng không dễ mà tin ngay những gì họ biết rõ nhất.

24 tháng mười hai 1913

19. Nghệ thuật ngáp

Cảnh một con chó nằm ngáp bên đồng lửa nhắc cánh thợ săn gạt những âu lo sang ngày hôm sau. Ngắm cái sức sống duỗi dài thẳng căng chẳng buồn đoái hoài đến nghỉ thức thật là thích mắt. Nó hối thúc mọi người làm theo gương nó theo cái cách mà không ai có thể cưỡng lại được. Toàn bộ đội săn đuổi người và ngáp, như khúc dạo đầu cho việc đi ngủ. Ngáp không phải dấu hiệu của sự mệt mỏi, mà nói cho đúng hơn, nó chính là lệnh nghỉ để cho tâm trí ngừng chú ý và tranh cãi, bằng cách thông khí thật kỹ cho khoang bụng. Thông qua biến chuyển mạnh mẽ này, tự nhiên thông cáo rằng nó chỉ muốn sống thôi và nó đã chán suy nghĩ.

Ai cũng có thể nhận thấy rằng sự chú ý và sự bất ngờ làm hơi thở đứt quãng, như người ta hay nói. Bộ môn sinh lý học đã gạt bỏ mọi nghi ngờ về điều này bằng cách chỉ ra bộ cơ bảo vệ khỏe khoắn bám vào lồng ngực sẽ siết chặt khi vận động và làm lồng ngực tê liệt như thế nào. Điều này rất đáng lưu tâm. Động tác giơ hai cánh tay lên, dấu hiệu đầu hàng, giúp lồng ngực thả lỏng một cách hữu hiệu nhất, nhưng đó cũng chính là tư thế tốt nhất để ngáp một cái cho đã đời. Qua đó ta hiểu làm sao mà mọi nỗi lo đều làm tim ta thất lại theo đúng nghĩa đen, bởi cử động mới mạnh mẽ đã ngay lập tức ép mạnh vào lồng ngực, và khởi xướng cơn lo âu, người chị em của chờ đợi; bởi vì chỉ cần chờ đợi là chúng ta đã thấy lo lắng rồi, dấu chỉ đợi một thứ gì thật nhỏ nhoi. Tiếp ngay sau cái trạng thái nặng nề này là sự nôn nóng, cơn giận dữ chống lại bản thân vốn chẳng giải tỏa được gì. Nghi thức hình thành từ tất cả các bó buộc này, càng trầm trọng hơn nữa vì trang phục, vì lây nhiễm, bởi vì buồn chán rất dễ lây cho nhau. Nhưng ngáp cũng là phương thuốc dễ lây lan dành cho nghi thức lây nhiễm. Ta tự hỏi làm sao mà ngáp lại có thể lây lan như một căn bệnh; theo tôi nghĩ, về nghiêm trọng, chú tâm và lo âu mới là những thứ truyền đi như một căn bệnh; còn ngáp, ngược lại, vốn là một sự phục thù của cuộc đời và, như sự phục hồi của sức khỏe, nó truyền đi thông qua việc rũ bỏ sự nghiêm túc, như một lời bố cáo hào hứng về tinh thần vô tư lự; đó là một tín hiệu mà tất cả mọi người trông chờ, giống như tín hiệu cho phép giải tán hàng ngũ. Không thể từ chối cảm giác thoải mái này; toàn bộ sự nghiêm túc bởi vậy mà tiêu tan.

Cười và khóc là những giải pháp cùng loại, nhưng bị kìm nén và gò bó nhiều hơn; giữa khóc và cười là một cuộc tranh đấu giữa hai ý nghĩ, ý nghĩ này trói buộc còn ý nghĩ kia thì giải tỏa. Trong khi ấy, lúc ta ngáp, tất cả mọi ý nghĩ, trói buộc hay giải tỏa, đều bị đuổi chạy tán loạn; sự thoải mái vì được sống sẽ xóa sổ tất cả. Vậy nên luôn là con chó nó ngáp. Ai cũng thấy rằng ngáp lúc nào cũng là một dấu hiệu thuận lợi cho các thể loại bệnh được gọi là bệnh thần kinh, loại bệnh mà suy nghĩ chính là mầm mống. Nhưng tôi tin rằng ngáp là liều thuốc bổ cho mọi thứ bệnh, cũng như giấc ngủ mà nó báo hiệu; và đó là một dấu hiệu cho thấy suy nghĩ có ảnh hưởng nhiều đến bệnh tật; điều này hẳn sẽ khiến ta bất ngờ khi nghĩ tới cơn đau mà ta có thể tự gây ra cho mình khi cắn phải lưỡi; và nghĩa bóng của lời nói này cho thấy rất rõ tại sao sự nuối tiếc, được gọi tên rất đúng là cắn rứt^[31], có thể còn gây tổn thương. Ngược lại, ngáp chẳng có chút nguy hại nào.

24 tháng tư 1923

20. Cáu kính

Không có gì làm cho ta điên tiết bằng gãi. Đây là cách tự chọn lấy khốn khổ cho mình, là trả thù bản thân mình lên chính mình. Trẻ con thử nghiệm cách này trước tiên. Nó la hét vì đã la hét, nó nổi cáu vì đã giận dữ và nguôi đi khi thề rằng mình sẽ không nguôi, tức là dối. Làm cho những người ta yêu mến khổ sở và bồi thêm gấp đôi để tự trừng phạt mình. Trừng phạt họ để tự trừng phạt mình. Xấu hổ vì dốt nát nên thề là sẽ không đọc sách nữa. Bướng bỉnh trong sự bướng bỉnh. Ho trong cơn uất ức. Tìm trong trí nhớ những lời sỉ nhục, tự mình chuốt cho nhọn mũi kim, dùng nghệ thuật của tay diễn viên bị kịch để nhủ đi nhủ lại với bản thân những gì đã làm ta tổn thương và những gì đã làm ta nhục nhã. Lý giải theo quy luật cái gì tồi tệ nhất thì đúng. Tự phịa ra những kẻ độc ác hòng tự bắt mình trở nên độc ác. Cố sức nhưng chẳng tin tưởng chút nào và khi thất bại rồi thì nói: “Lẽ ra mình phải đặt cược hết vào đó; đây chính là cơ may của mình.” Đi đến đâu cũng thẩu ra cái mặt buồn nản và làm những người khác phát chán ngán. Nhất quyết gây khó chịu để rồi lại kinh ngạc vì đã không làm cho người khác thích mình. Điên cuồng tìm kiếm giấc ngủ. Nghi ngờ một cách hồ hởi, làm mặt buồn với mọi thứ và phản đối mọi thứ. Từ cái kính lại sinh ra thêm cái kính. Trong tình trạng ấy mà cứ tự phán xét mình. Tự nhủ rằng: “Mình chết nhất, mình vụng về, mình đánh mất trí nhớ, mình đang già đi.” Tự làm mình trở nên thật xấu xí rồi đi soi gương. Đó chính là những cái bẫy của sự cái kính.

Chính vì vậy mà tôi không coi thường cái người đã nói rằng: “Trời lạnh cóng thể này mới thật tốt cho sức khỏe.” Bởi vì họ có thể làm gì hơn nào? Khi gió đông bắc thổi, xoa tay vào nhau sẽ làm tay ta ấm lên. Bản năng có giá trị của sự khôn ngoan và phản ứng của cơ thể gợi lên trong ta niềm vui. Chỉ có mỗi một cách kháng cự lại cái lạnh, đó là vui sướng vì trời lạnh. Như Spinoza, bậc thầy về niềm vui, hẳn sẽ nói: “Không phải vì đang ấm lên mà tôi thấy vui sướng, mà vì vui sướng nên tôi thấy ấm lên.” Cũng vậy thôi, cần phải luôn luôn tự nhủ rằng: “Hoàn toàn không phải vì thành công mà tôi vui sướng, mà chính vì vui sướng nên tôi đã thành công.” Và nếu bạn muốn đuổi theo niềm vui, bạn cần dự trữ một ít niềm vui trước. Hãy nói lời cảm ơn trước khi nhận được bất cứ một cái gì. Bởi vì niềm hy vọng làm nảy sinh lý do để mà hy vọng, điềm lành khiến cho điều tốt xảy ra. Vậy nên hãy để mọi thứ thành điềm lành và tín hiệu thuận lợi: “Nếu

bạn muốn thì cả quạ đen cũng báo hiệu điềm may mắn”, Épictète^[32] phán. Và qua câu này ông không chỉ muốn nói rằng cần phải biến mọi thứ thành niềm vui, mà chủ yếu ông muốn nói rằng niềm hy vọng tốt đẹp biến mọi thứ thành niềm vui có thực, vì nó biến đổi hiện thực. Nếu bạn gặp một người chuyên gây chán nản, đồng thời cũng là một người đang bị chán nản, thì trước hết bạn phải mỉm cười cái đã. Và hãy đặt lòng tin vào giấc ngủ nếu bạn muốn mình thiếp đi. Nói tóm lại, trên cõi đời này chẳng ai tìm được kẻ thù nào đáng gờm hơn là chính bản thân anh ta. Trong một bài trước đó, tôi đã miêu tả cuộc đời của một dạng người điên. Nhưng những người điên đó chẳng qua cũng chỉ là các nhầm lẫn của chúng ta dưới dạng phóng to lên mà thôi. Nói vắn tắt, cơn cái kính nhỏ nhất nào cũng chứa đựng cái tật muốn hành hạ. Và tôi chắc chắn sẽ không phản đối rằng dạng điên này có liên quan đến một thương tổn nào đó mà hệ thần kinh điều khiển phản ứng của chúng ta rất khó nhận thấy, mọi cái giận rớt cuộc đều sẽ đào con đường của riêng mình. Tôi thử xem xét ở những người điên kia những gì mà chúng ta học hỏi được, và đó chính là cái nhầm lẫn đáng sợ mà họ đã phóng to lên cho chúng ta thấy, như thể được soi qua kính lúp vậy. Những cơn người khốn khổ này tự hỏi và tự trả lời; họ tự dựng nên vở bi kịch cho riêng họ xem. Câu thần chú lúc nào cũng hiệu nghiệm, hãy cố mà hiểu xem tại sao.

21 tháng mười hai 1921

21. Tính cách

Tâm tính của mỗi người thay đổi theo hướng gió và phụ thuộc vào cảm giác no đói. Người này co chân đạp vào cửa, người kia thì gào vào không khí những lời vô nghĩa không kém những cú đạp trên. Tâm hồn khoáng đạt dễ mặc cho những sự cố này rơi vào quên lãng, dù phải chịu đựng những thứ ấy từ người khác hay từ chính mình, tâm hồn khoáng đạt cũng tha thứ hết vì nó có bao giờ buồn nghĩ đến đến những thứ vật vãnh đó đâu. Nhưng thường thì người ta sùng mộ tâm tính và theo cách nào đó nhất nhất tuân theo nó, chính bằng cách này ta tự tạo cho mình một tính cách. Từ chỗ một hôm ta cáu giận một ai đó, ta sẽ bớt yêu quý người ấy hẳn đi. Hiếm khi ta biết tha thứ cho bản thân mình, lẽ ra phải biết làm việc này thường xuyên hơn vì đó là điều kiện đầu tiên để ta biết tha thứ cho những người khác. Ngược lại, một dạng hối hận vô chừng mực là cái thường làm phóng to lỗi lầm của người khác. Ai cũng bưng theo cái tâm trạng tự tạo của mình để nói rằng: “Tôi là thế đấy”. Mãi vẫn là chuyện của những người biết ít mà nói lại rõ nhiều.

Mùi vị có thể gây khó chịu, nhưng bó hoa và nước hoa cologne không phải lúc nào cũng làm ta bức tức giống nhau. Nhưng thường thì người ta cứ chăm chăm đi tìm, hít hít ngửi ngửi từng thứ mùi thoảng nhất rồi thề rằng chính nó đã làm mình đau nửa đầu. Bạ gì cũng chửi rửa được, như sặc sụa ho lúc hít phải khói. Ai cũng từng biết cái loại người gia trưởng ấy. Người bị trần trọc thề là anh ta sẽ không ngủ được, cả quyết rằng một tiếng động khê nhất cũng làm anh ta thức giấc, người đó sẽ rình mò mọi tiếng động và kết tội cả nhà. Thậm chí anh ta còn đi đến chỗ tức giận vì mình đã ngủ, như thể đã thiếu cảnh giác với tính cách của chính mình. Phàm cái gì người ta cũng có thể đâm đầu vào mà đâm đuối, kể cả đâm đuối thua bạc, như tôi đã từng chứng kiến.

Có những người khẳng định rằng họ không nhớ được gì nữa, hoặc giả tìm mãi không ra từ ngữ. Ta không phải đợi lâu để thấy bằng chứng cho chuyện này, nhưng vở hài kịch của sự thành thực ấy đôi khi lại trở thành bi kịch. Ta không thể chối bỏ những bệnh tật có thực và tác động của tuổi tác, nhưng từ lâu rồi các bác sĩ đã nhận ra ở người bệnh cái tâm trí đáng sợ là cứ chăm chăm đi tìm những triệu chứng, và rốt cuộc cũng dễ dàng tìm ra chúng. Sự khuếch đại này tạo ra gần như toàn bộ cảm xúc và nhiều chứng bệnh, nhất là những chứng bệnh tinh thần. Vì thế mà Charcot^[33] không còn tin vào những lời mà các bệnh nhân nữ nói về mình nữa; và ta có thể khẳng định rằng một số chứng bệnh đã biến mất hoặc gần như biến mất chỉ bởi sự hoài nghi của bác sĩ.

Cái hệ thống lý luận tinh xảo của Freud^[34], đã từng có lúc rất nổi tiếng, nay không còn đáng tin nữa, vì điểm này: thật dễ dàng để khiến cho những đầu óc vốn lo âu hoặc, như Stendhal^[35] đã nói, có sẵn trí tưởng tượng làm kẻ thù của mình, tin vào bất cứ điều gì mà ta muốn. Đây là còn chưa tính đến vấn đề tính dục, cái nằm ở bên dưới hệ thống này, và cái mang tầm quan trọng mà ta gán cho nó qua một dạng thơ ca hoang đại, như mọi người đều biết quá rõ. Biết ý nghĩ của bác sĩ thì chẳng bao giờ tốt cho bệnh nhân, ai cũng biết thế. Điều ta biết ít hơn là bệnh nhân đã nhanh chóng đoán ra cái ý nghĩ ấy và biến nó thành của mình, điều này ngay lập tức chứng thực cho các giả thuyết xuất sắc nhất. Chính bằng cách đó mà người ta miêu tả được những thứ bệnh đáng kinh ngạc liên quan đến trí nhớ, nơi các ký ức thuộc một dạng nào đó theo nhau biến mất một cách có hệ thống. Người ta quên mất rằng đầu óc hệ thống cũng nằm ngay bên trong người bệnh.

4 tháng mười hai 1923

22. Định mệnh

Chúng ta không biết cách khởi đầu, thậm chí ngay cả trong động tác đuổi tay; chẳng ai có thể khởi đầu bằng cách ra lệnh cho thần kinh hay cơ bắp. Cử động bắt đầu do chính nó, việc của chúng ta là đi theo mà hoàn thành cử động ấy sao cho thật tốt. Như vậy, mặc dù không được quyết định, chúng ta vẫn luôn luôn lèo lái. Giống như người xà ích điều khiển một con ngựa hung hăng, thực ra anh ta chỉ có thể điều khiển những con ngựa hung hăng theo cái cách mà người ta gọi là khởi hành: con ngựa sức tĩnh và nhảy chồm lên còn người xà ích thì định hướng cho cú nhảy đó. Cũng giống như một con thuyền không có xung lượng thì sẽ không tuân lời bánh lái. Nói tóm lại, phải khởi hành đầu là bằng cách nào, rồi mới tự hỏi rằng ta sẽ đi về đâu.

Ai đã từng lựa chọn nào, tôi đặt ra câu hỏi ấy. Chẳng ai từng lựa chọn cả vì tất cả chúng ta trước tiên đều là trẻ con. Chẳng ai từng lựa chọn, ai cũng làm trước đã, vì thế mà thiên hướng sinh ra từ tự nhiên và hoàn cảnh. Chính bởi vì vậy mà người nào suy nghĩ kỹ càng thì không bao giờ ra quyết định cả. Chẳng có gì lỗi bịch hơn cái bài phân tích kiểu nhà trường mà trong đó người ta cân đong đo đếm các nguyên do và động cơ, theo cái cách mà một câu chuyện huyền thoại trù tượng sắc mùi chuyên gia ngữ pháp kể cho ta

chuyện chàng Hercule^[36] lựa chọn giữa thói xấu và đức hạnh. Không ai lựa chọn cả; mọi người đều bước đi và mọi con đường đều tốt đẹp. Theo tôi, nghệ thuật sống trước hết đồng nghĩa với việc không bao giờ cãi cò với bản thân mình về những gì mình đã chọn cũng như về nghề nghiệp mình đang làm. Cái đáng quan tâm là làm sao để thật thạo nghề. Chúng ta muốn coi những lựa chọn ấy, những lựa chọn mà chúng ta đã không chọn, là định mệnh. Nhưng những lựa chọn ấy không hề buộc chúng ta vào với chúng, vì làm gì có lỗi nào quá tồi tệ, lỗi nào cũng tốt nếu ta muốn làm cho nó tốt. Không gì thể hiện sự yếu đuối rõ hơn việc tranh cãi về bản tính của chính mình, không ai có lựa chọn, nhưng bản tính đủ phong phú để thỏa mãn những người nhiều tham vọng nhất. Biến điều tất yếu thành đức hạnh là công việc đẹp đẽ và vĩ đại.

“Chà, còn cái gì mà tôi chưa học nào?” Đó là lời biện bạch của kẻ lười biếng. Học đi nào! Tôi không thấy cái chuyện anh đã từng học tập có gì to tát, nếu như anh không chịu học thêm nữa. Tính sổ với quá khứ cũng điên rồ ngang với việc phàn nàn về quá khứ. Trong số những gì đã làm xong, không gì đẹp đến độ ta có thể ngồi nghỉ ở đó, không gì xấu xí đến nỗi không thể cứu vãn được. Thậm chí tôi sẵn sàng tin rằng vận lành còn khó theo đuổi hơn là vận hung. Nếu được các bà tiên trang hoàng cái nôi của mình, bạn hãy nghỉ

ngờ. Điều tôi thấy đẹp trong một bức tranh của Michel-Ange^[37] là niềm mong muốn mãnh liệt tóm bắt lại những thiên bẩm tự nhiên, và biến một cuộc đời dễ dàng thành một cuộc đời khó khăn. Con người không khoan nhượng này đi đến trường cố học thêm điều gì đó khi tóc đã bạc trắng. Câu chuyện này cho những kẻ thiếu quyết tâm thấy rằng đã muộn thì chẳng bao giờ là muộn. Người thủy thủ có thể sẽ cười bạn nếu bạn nói với anh ta rằng toàn bộ hành trình phụ thuộc vào cú xoay bánh lái đầu tiên. Thế nhưng đó lại chính là cái mà người ta muốn làm cho bọn trẻ con tin, nhưng rất may là chúng chẳng để ý đến, tuy nhiên chúng vẫn sẽ để ý đến điều đó quá nhiều nếu trong đầu chúng hình thành cái ý tưởng siêu hình theo đó toàn bộ cuộc sống chỉ phụ thuộc vào mấy điều sơ khởi. Ý tưởng tai hại này khiến chúng chẳng thay đổi mấy khi còn nhỏ và sau này sẽ làm hại chúng, đó là cái cớ mà kẻ yếu đuối viện vào để biến mình thành những kẻ yếu đuối. Định mệnh chính là cái đầu của quái vật Méduse^[38].

12 tháng mười hai 1922

23. Tâm hồn tiên tri

Một triết gia ít được biết đến từng gọi tâm hồn tiên tri là một dạng trạng thái thụ động chăm chú, nếu có thể nói như thế, ở đó các suy nghĩ của chúng ta uốn theo tất cả các lực của thế giới, như những chiếc lá dương. Đó là tâm hồn chuyên lắng nghe. Phơi bày ra, hứng lấy những bất ngờ, theo cách nào đó. Trạng thái hoảng hốt. Tôi hiểu bà đồng Sibylle^[39], cái ghế ba chân của bà, những con quần thất của bà. Để tâm đến mọi thứ, có nghĩa là sợ mọi thứ. Tôi thấy ái ngại cho những người không biết cách lọc tiếng ồn và chuyển động của vũ trụ bao la.

Đôi khi người nghệ sĩ lại muốn rơi ngược trở lại trạng thái đó, trạng thái chú tâm đến tất cả mọi thứ, mọi màu sắc, âm thanh, mọi thứ nóng, lạnh. Anh ta lấy làm kinh ngạc vì người nông dân hay người thủy thủ, những người ngập sâu và bị chi phối đến vậy bởi tự nhiên, lại chẳng hề cảm thấy ngần ấy sắc thái. Một động tác nhún vai đẹp có thể giải phóng ta thoát khỏi những thứ như thế, đó là một cử chỉ mang tính vương giả. Thánh Christophe^[40] từng lội qua sông mà không màng tới những đợt sóng. Ông nói: “Nhiều tinh thần thể thì làm sao mà ngủ được”.

Cần phải dọn cho gọn, đơn giản hóa, loại trừ bớt. Theo tôi, con người đặc biệt ở chỗ anh ta ném hết mọi kiểu chấp chờn vào trong giấc ngủ. Một dấu hiệu của sức khỏe tốt là không thể trụ chân trong mộng mị mà bước thẳng vào giấc ngủ say. Và tỉnh dậy cũng đồng nghĩa với vứt bỏ giấc ngủ. Thay vào đó tâm hồn tiên tri lại chỉ hé thức dậy để rồi lại mơ mộng tiếp.

Có gì ngăn cản ta sống như vậy đâu chứ. Chúng ta được nhào nặn nên để có khả năng dự cảm. Xem xét sự hình thành của cơ thể sống, ta sẽ hiểu rằng những dấu hiệu nhỏ nhất cũng xâm nhập vào ta và hằn vết lại đó. Tiếng gió nổi lên có thể báo hiệu một cơn bão ở xa, chắc chắn để ý đến các dấu hiệu là việc tốt, nhưng đâu cần phải nhảy dựng lên trước bất kỳ một thay đổi nhỏ nhất nào. Tôi từng nhìn thấy một cái máy phong vũ biểu rất lớn, và nhảy tới mức chỉ cần một cái xe kéo lăn bánh ở quanh đó hay tiếng bước chân người cũng đủ làm kim của nó hồi hải xoay. Chúng ta cũng sẽ như vậy thôi, nếu chúng ta cứ để mặc cho mọi sự. Mặt trời xoay là tâm trạng chúng ta sẽ thay đổi theo, chỉ có điều ông vua của các hành tinh chẳng hề để tâm đến tâm trạng của ta đâu.

Người rụt rè sống trong xã hội thường muốn nghe thấy mọi thứ, thấu nhận mọi thứ, lý giải mọi thứ. Trò chuyện với anh ta cũng ngu ngốc và dăm dớ y như với một người kể về tất cả những chuyện xảy ra với mình. Người khôn ngoan biết cắt xén biểu hiện và lời lẽ, như một người thợ làm vườn lành nghề. Thế giới còn hơn thế, mọi thứ đều có thể động chạm ta, chặn bước ta, chân trời có thể dựng lên như một bức tường trong mắt ta, nhưng ta sẽ trả lại mọi thứ về đúng chỗ của nó. Bản thân suy nghĩ đã là một cái lọc cho các ấn tượng.

Khai hoang. Tôi từng quen một phụ nữ nhạy cảm, bà thấy đau đớn khi chứng kiến người ta chặt một thân cây hay một cành cây. Nhưng nếu không có người tiêu thụ thì ta sẽ nhanh chóng thấy cây bụi, rậm rạp, đâm lầy, bệnh sốt, cái đói quay trở lại. Cũng vậy, ai ai cũng phải khai hoang tâm tính mình. Chối từ tâm tính của chính mình, đó là sự hoài nghi. Thế giới này được khai khẩn bằng liềm và rìu, đó là con đường thay cho giấc mộng, đó là sự thách thức đối với các điềm báo. Nếu không như vậy, ngay khi ta xuê xoa với chính mình và đắm đầu vào say mê ấn tượng, thế giới sẽ khép kín lại ngay trước chúng ta, nó tự tiên tri về mình thông qua sự hiện diện của nó. Cassandre^[41] tiên tri những gì tệ hại. Hãy cẩn thận với các loại Cassandre, những tâm hồn ngủ mê. Con người đích thực phải vật lộn và tạo ra tương lai.

25 tháng tám 1913

24. Tương lai của chúng ta

Chùng nào còn chưa thật hiểu mối liên kết giữa mọi sự và mối quan hệ nhân quả thì ta còn khiếp hãi tương lai. Chỉ một giấc mơ hay một lời nói của thầy phù thủy cũng đủ tiêu diệt hy vọng ở trong ta. Mà điềm báo thì có ở khắp nơi. Ý tưởng mang tính thần học. Chúng ta ai cũng biết câu chuyện ngụ ngôn về nhà thơ nhận được điềm báo nói rằng anh ta sẽ bị nhà sập vào người và đè chết, anh ta bèn ra ở nơi đồng không mông quạnh; nhưng các vị thần đâu có dễ buông tha con mồi, thế là một con đại bàng bay đến thả một con rùa rơi trúng cái đầu trọc của anh ta vì tưởng rằng đó là một tảng đá. Người ta cũng kể câu chuyện về con trai một vị vua, theo lời sấm truyền thì chàng sẽ bị một con sư tử giết chết. Người ta liền nhốt chàng ta thật kỹ trong cung cấm cùng với đám phụ nữ, thế rồi một hôm chàng phát khùng khi nhìn thấy tấm thảm vẽ hình một con sư tử, chàng bèn đâm vào nó nhưng lại đâm trúng một cái đinh để rồi chết vì bệnh hoại thư.

Toát lên từ hai câu chuyện trên đây là khái niệm về sự tiền định mà sau này sẽ được các nhà thần học nâng lên thành học thuyết. Người ta diễn tả điều đó như sau: số phận của mỗi người đã được ấn định từ trước, mặc cho anh ta có làm gì đi chăng nữa. Điều này hoàn toàn không có tính khoa học chút nào; bởi cái thuyết định mệnh ấy tóm lại là: “Nguyên nhân là gì thì kết quả vẫn thế.” Thế nhưng, tất cả chúng ta đều biết rằng nếu nguyên nhân thay đổi thì kết quả cũng sẽ thay đổi theo. Chúng ta sẽ xua tan bóng ma về một tương lai không thể tránh khỏi bằng cách lập luận như thế này: giả sử tôi biết mình sẽ bị một bức tường sập xuống và đè chết vào ngày này giờ này, thì chỉ riêng việc biết như vậy thôi đã làm cho lời tiên tri chẳng còn tác dụng rồi. Chúng ta sống bằng đúng cách ấy; mỗi khoảnh khắc qua đi là chúng ta lại thoát được một nỗi bất hạnh, vì chúng ta đã được nhìn thấy trước, mà những gì chúng ta nhìn thấy trước sẽ không xảy tới, và điều này là rất hợp lẽ. Cái xe ô tô kia sẽ chệt chết tôi nếu tôi đứng ở giữa đường, thế nhưng tôi sẽ không đứng ở giữa đường.

Vậy thì lòng tin vào số phận kia từ đâu đến? Chủ yếu từ hai nguồn. Trước hết là nỗi sợ, nó thường xuyên đẩy ta vào sự bất hạnh mà chúng ta sẵn lòng chờ đợi. Nếu có người báo trước rằng tôi sẽ bị xe ô tô chệt chết, và nếu như tôi nhớ ra điều này vào một thời điểm tệ hại, nó sẽ khiến tôi hành động không đúng với thường tình, nguyên do là vào thời điểm ấy, cái mà tôi cần là ý nghĩ mình sẽ thoát nạn, cái ý nghĩ sẽ làm tôi phản xạ đúng; ngược lại, ý nghĩ mình sẽ không thể thoát làm phản xạ của tôi bị tê liệt. Đó là dạng hoang mang có lợi cho thầy phù thủy.

Cũng cần nói thêm rằng cảm xúc cũng như thói xấu có khả năng đi tới đích bằng mọi con đường có thể. Ta có thể đoán trước một tay cờ bạc sẽ đánh bạc, một kẻ hà tiện sẽ có bọn tiền, một người nhiều tham vọng sẽ nghĩ ra nhiều mưu mô. Dẫu không có thầy phù thủy, chúng ta vẫn tự ném lên mình một kiểu lời nguyên: “Tôi là như thế, tôi chẳng làm gì khác được.” Lại thêm một nỗi hoang mang nữa, nó cũng làm cho những lời dự đoán thành sự thật. Chỉ cần biết rõ sự đổi thay không ngừng xung quanh ta, sự đa dạng và sự nảy nở không ngừng của những nguyên có nhỏ bé, ngần ấy là đủ để ta không tự xây cho mình một số phận. Hãy đọc Gil Blas^[42], đây không phải là một quyển sách nặng nề. Qua nó, ta biết rằng đừng nên trông đợi vào số phận, may mắn cũng như tội tệ, mà nên lược khỏi mình những gì nặng nề, phó mặc cho gió cuốn đi. Lỗi lầm sẽ chết trước chúng ta, đừng có lưu lại những thứ xác ướp đó mà làm gì.

28 tháng tám 1911

25. Tiên đoán

Tôi quen một người từng đi xem bói chỉ tay để mong biết được số phận của mình. Theo như anh ta bảo thì anh ta làm thế cho vui, như một trò chơi, chứ không hề tin. Nhưng nếu anh ta hỏi ý kiến của tôi thì tôi hẳn đã khuyên anh ta đừng làm như vậy, vì đó là một trò chơi nguy hiểm. Khi nào thầy bói còn chưa nói gì thì ta còn có thể không tin. Vào lúc ấy, chẳng có gì để tin, và chắc hẳn không một ai tin. Đầu tiên người đi xem bói sẽ hoài nghi, nhưng họ sẽ nhanh chóng khó mà hoài nghi tiếp được, và thầy bói biết rõ điều này. “Nếu anh không tin, họ nói, thì anh sợ gì nào?” Chỉ vậy thôi là họ đã dựng xong cái bẫy của mình, về phần mình, tôi sợ tin, vì làm sao tôi biết được ông ta sẽ nói gì?

Tôi cho rằng thầy bói tin vào bản thân ông ta; bởi nếu thầy bói chỉ muốn cười cho vui thôi, thì ông ta sẽ tiên đoán những sự kiện thông thường và dễ đoán, bằng lối nói năng lấp lửng: “Anh sẽ gặp vài chuyện bực mình và vấp phải một số thất bại nho nhỏ, nhưng cuối cùng anh sẽ thành công; anh có nhiều kẻ thù, nhưng rồi một ngày bọn họ sẽ trả lại công bằng cho anh, và trong khi đợi đến ngày ấy, sự gắn bó keo sơn của bạn bè sẽ giúp anh nguôi ngoai. Anh sắp nhận được một bức thư liên quan đến những mối lo lắng hiện nay của anh, vân vân và vân vân.” Ta có thể tiếp tục như thế thật lâu, mà chẳng làm hại đến một ai cả.

Nhưng nếu thầy bói, trong mắt chính ông ta, là một thầy bói đích thực, thì có khả năng ông ta sẽ tiên đoán cho bạn những nỗi bất hạnh khủng khiếp; và bạn, vốn là người có tinh thần mạnh mẽ, sẽ cười. Nhưng rồi những lời nói của ông ta vẫn đọng lại trong trí nhớ của bạn, chúng sẽ bất chợt hiện ra trong mộng tưởng và những giấc mơ của bạn, làm bạn xao động đôi chút, cứ thế cho đến ngày các sự việc có vẻ như xác nhận cho những lời nói ấy.

Tôi từng quen một cô gái, một hôm ông thầy bói xem chỉ tay của cô rồi nói: “Cô sẽ lấy chồng, cô sẽ có một đứa con và cô sẽ mất nó.” Lời tiên đoán này chỉ là một thứ hành trang nhẹ nhàng để gánh lúc còn ở các giai đoạn đầu. Nhưng thời gian trôi đi, cô gái lấy chồng, mới đây cô đã sinh con, lời tiên đoán đã trở nên nặng nề hơn nhiều. Nếu đứa trẻ bị ốm, những lời khủng khiếp kia sẽ vang lên như tiếng chuông ngay bên tai người mẹ. Trước đó có lẽ cô đã chế nhạo ông thầy bói. Giờ thì ông thầy bói đã phục thù một cách ngoạn mục.

Đủ mọi loại sự kiện xảy ra trên thế giới này. Gặp những sự kiện như thế sẽ làm lung lay những tư duy chắc chắn nhất. Bạn có thể cười khi nghe thấy một lời tiên đoán tồi tệ và khó tin, nhưng bạn sẽ cười ít hơn nếu một phần của lời tiên tri trở thành hiện thực, khi đó, ngay những người can đảm nhất cũng sẽ chờ đợi đoạn tiếp theo, và những sợ hãi của chúng ta, điều này thì ta biết rõ, làm cho ta đau khổ như bản thân các thảm họa. Cũng có thể xảy ra chuyện hai nhà tiên tri không quen biết nhau dự đoán cho bạn cùng một điều. Nếu như điều này không làm bạn thấy xao động hơn mức độ tư duy của bạn cho phép, thì tôi đã ngưỡng mộ bạn rồi đấy.

Về phần mình, tôi không thích nghĩ về tương lai, và chỉ dự đoán những gì sẽ xảy ra ngay trước mũi giày của tôi mà thôi. Tôi sẽ không cho thầy bói xem lòng bàn tay tôi, và hơn nữa, tôi cũng sẽ không tìm cách đọc tương lai trong bản tính vạn vật, bởi tôi không tin rằng tầm nhìn của chúng ta có thể phóng đi thật xa, dù cho chúng ta có thông thái đến mức độ nào chăng nữa. Tôi đã nhận thấy rằng những gì quan trọng xảy ra với bất kỳ ai đều không được đoán trước và không thể nào đoán trước. Lúc đã chữa xong căn bệnh hiểm kị, hẳn con người ta vẫn còn phải tự chữa cho mình khỏi căn bệnh thận trọng.

14 tháng tư 1908

26. Hercule

Con người chẳng thể trông cậy vào thứ gì khác ngoài ý chí của mình. Ý tưởng này xưa như tôn giáo, phép màu và nỗi bất hạnh; thế nhưng do bản chất của nó, ý tưởng ấy cũng chịu khuất phục cùng lúc với ý chí bởi vì sức mạnh tâm hồn được chứng thực qua các kết quả. Cả đời mình, Hercule dốc sức thể hiện điều này cho tới ngày chàng thấy mình bị biến thành nô lệ. Khi ấy thì chàng đã chọn một cái chết huy hoàng còn hơn phải sống một cuộc đời thảm hại. Đây chính là huyền thoại đẹp nhất; tôi mong muốn người ta bắt bọn trẻ con đọc to lên những chiến công của Hercule, để chúng học cách vượt qua các ngoại lực. Bởi vì sống chính là như thế, lựa chọn còn lại là lựa chọn của sự hèn nhát, đồng nghĩa với chết mòn.

Tôi yêu quý một chàng trai biết suy nghĩ tìm cách vượt qua khó khăn, vào lúc mọi chuyện xoay theo chiều hướng xấu thì trước tiên anh ta sẽ nói: “Đây là lỗi của tôi”, và bắt đầu tìm lỗi ở bản thân mình và bình tĩnh chịu đựng hậu quả. Phải làm gì với cái cổ máy mang hình người lúc nào cũng chực đổ lỗi cho mọi thứ và mọi người ở xung quanh? Chuyện này không có gì là vui vẻ bởi mọi vật và mọi người xung quanh rõ ràng là có ai đó ai hoài tới kẻ bất hạnh đâu, những suy nghĩ của kẻ bất hạnh chỉ bay đi theo gió, giống như những chiếc lá rụng vào cái mùa khắc nghiệt này. Tôi thích cái suy nghĩ này: những người tìm cách đổ lỗi ra bên ngoài không bao giờ được vui sướng, trong khi đó những người biết nhìn thẳng vào lỗi lầm của bản thân và nói “Sao mà mình ngốc thế” thì lại mạnh mẽ và vui sướng với trải nghiệm của họ.

Có hai loại trải nghiệm, một loại trải nghiệm khiến ta cảm thấy nặng nề và một loại trải nghiệm khiến ta nhẹ nhõm. Tương tự như có người thợ săn vui và người thợ săn buồn. Người thợ săn buồn để sống mất chú ý thì nói: “Vận may của tôi là thế đấy!” và ngay sau đó: “Mấy cái chuyện này chỉ chăm chăm nhè vào đầu mỗi mình thôi.” Người thợ săn vui thì lại ngưỡng mộ sự khôn khéo của chú thỏ, bởi anh ta thừa biết bản tính loài thỏ là không hề thích chạy thẳng vào nỗi hiểm. Có bao nhiêu câu ngạn ngữ chứa đầy sự khôn ngoan rắn rỏi như thế, cũng như có bao nhiêu điều sâu sắc trong những gì bà tôi nói về những con chim chiến chiến. Bà tôi nói rằng chim chiến chiến chẳng bao giờ tự rớt khỏi tay rồi rơi xuống đất. Cũng như trải giường xong thì mới đi ngủ chứ. “Tôi rất muốn mình yêu được âm nhạc”, kẻ ngốc nói, nhưng phải chơi nhạc cái đã, nó có tự nhiên mà ở sẵn đấy đâu.

Mọi thứ đều chống lại chúng ta, nói cho đúng hơn thì mọi thứ đều thờ ơ và chẳng thèm đoái hoài đến ta, nếu không có bàn tay con người thì bề mặt quả đất sẽ chỉ toàn bụi rậm và đủ thứ hôi thối, mặt đất không phải kẻ thù, nhưng nó cũng chẳng tạo thuận lợi gì cho con người. Con người chỉ có công sức của mình phục vụ cho mình mà thôi. Nhưng chính niềm hy vọng lại tạo ra nỗi sợ hãi, chính vì vậy thành công do tình cờ là một cách khởi đầu rất tệ hại, và kẻ nào nương nhờ thần thánh sẽ sớm nguyên rủa thánh thần. Cũng như cô dâu chú rể quý mến ông quận trưởng và người quản lý cử lý thành hôn; ấy là vì họ chưa nhìn thấy cái cách viên hiệu dịch đập tắt nến mà thôi. Một lần tôi chợt nhìn thấy nụ cười của một cô bán nước hoa; cô đóng sập nụ cười ấy ngay lại như là đóng sập cánh cửa nhà cô vậy; cũng là một cảnh tượng thật hay ho khi nhìn một người chủ hàng đóng cửa tiệm. Ngay lúc sự vật xa lạ, hay một con người, hé cho ta thấy quy luật riêng của mình, cái quy luật điều khiển vật đó hay người đó, ta sẽ tỉnh trí để làm việc cần làm. Thế nhưng ngay khi một ai đó hứa hẹn với chúng ta lòng thiện tâm, ta sẽ lập tức đánh mất mọi nhận thức, chẳng còn biết trông cậy ở điều gì ngoài niềm hy vọng. Con người ta đẹp và thân thiết khi còn ở đằng sau những cánh cửa của họ và trong sự hiện hữu phong phú của họ, hơn là khi ở trong những điếm báo và sự phản chiếu ấy nhiều. Tôi đã nhận ra rằng những người tràn đầy nhiệt huyết yêu những sự khác biệt và những gì đa dạng. Sự yên bình nằm ở giữa các lực.

7 tháng mười một 1922

27. Ý muốn

“Cây du đang trở lá. Sâu *galéruque*, một loại sâu xanh lục nhỏ xíu, sẽ nhanh chóng xuất hiện lổm ngổm ngấu ngiến từng lá một. Cây như thể bị cắt đi buồng phổi của mình. Anh sẽ thấy cây trở thêm nhiều lá mới để không bị ngạt thở, rồi cây sẽ xuân thì thêm lần nữa. Nhưng những cố gắng này làm cây kiệt sức. Được một hai năm, anh sẽ thấy cây không thể nào ra lá mới được nữa, rồi nó sẽ phải chết gục.”

Một người yêu cây than thở như vậy khi chúng tôi đi dạo trong khu vườn của anh ta. Anh ta chỉ cho tôi những cây du cổ thụ và cảnh báo ngày chúng chết đang đến gần. Tôi nói với anh: “Phải chống lại chúng. Loài sâu bé nhỏ này không có tí sức mạnh nào. Nếu giết được một con, mình cũng có thể giết hàng trăm hàng nghìn con ấy chứ.”

“Sao lại hàng nghìn con?”, anh ta nói. “Chúng có cả triệu con. Tôi không buồn nghĩ đến việc đó nữa.”

“Nhưng”, tôi nói với anh, “anh có tiền. Anh sẽ dùng tiền đó để thuê lao động nhiều ngày. Mười công nhân làm mười ngày sẽ giết được hơn nghìn con sâu. Chẳng lẽ anh không muốn bỏ ra vài trăm franc^[43] để cứu những gốc cây đẹp để này sao?”

“Tôi có nhiều cây quá”, anh nói, “mà lại quá ít nhân công. Làm sao họ có thể chạm đến những cành cao? Chắc sẽ cần thêm những thợ tỉa cành. Cả vùng này tôi chỉ biết có hai người thôi.”

“Hai người”, tôi nói với anh, “đã là quý rồi. Họ sẽ lo những cành cao. Những người kém khéo léo khác sẽ đỡ phía dưới. Và nếu không thể cứu được toàn bộ thì anh cũng sẽ cứu được ít nhất dăm ba cây.”

“Tôi không đủ sức”, anh ta nói. “Tôi biết mình sẽ làm gì. Tôi sẽ đi xa một thời gian, để không phải thấy cảnh lũ sâu xâm chiếm những cây du này.”

“Ồ, anh chỉ toàn tự huyễn hoặc mình thôi”, tôi trả lời anh. “Như thế nghĩa là anh đã bỏ cuộc trước khi chiến đấu. Đừng nhìn những gì ngoài tầm tay của anh. Nếu cứ đắn đo mọi khó khăn và nhìn vào sự yếu đuối của con người, người ta hẳn sẽ chẳng làm gì cả. Đó là lý do vì sao phải hành động và phải dự phòng hành động của mình. Anh có thấy người thợ hồ không; anh ta cứ đều tay xoay cần trục; tảng đá lớn chỉ nhúc nhích được tí chút. Nhưng ngôi nhà rồi sẽ thành hình, và lũ trẻ sẽ nhảy nhót trên những bậc thang. Có lần tôi từng ngắm nhìn một công nhân khoan một bức tường thép, nó phải dày đến mười lăm phân, chỉ bằng một mũi khoan tay. Anh ta vừa xoay mũi khoan vừa hút sáo; và những phôi thép rơi ra như tuyết. Cái anh chàng gan lì ấy làm tôi suy nghĩ. Việc đó đã mười năm rồi. Tin tôi đi, anh ta đã khoan thủng cái lỗ đó và những lỗ khác nữa. Chính lũ sâu cũng giúp anh học được nhiều thứ. Một con sâu có sá gì với cả cây du lớn? Nhưng toàn bộ những vết cắn bé mọn này sẽ ngốn hết cả cánh rừng. Phải tin tưởng vào những nỗ lực nhỏ bé và dùng đúng phương cách của lũ sâu để chống lại chúng. Có hàng ngàn yếu tố trợ sức cho anh, không thì sẽ chẳng còn cây du nào nữa đâu. Chẳng biết trước được số phận đâu; một cái búng tay có thể tạo ra một thế giới mới. Nỗ lực nhỏ nhất sẽ kéo theo những kết quả không ngừng. Kẻ trồng cây du đã không quản cuộc đời ngắn ngủi. Anh cũng hãy như anh ta, lao mình vào hành động, đừng nhìn gì xa xôi, rồi anh sẽ cứu được những cây du này.”

9 tháng năm 1909

28. Ai cũng đạt được cái họ muốn

Ai cũng đạt được cái họ muốn. Tuổi trẻ thường nhầm lẫn về điều này vì tuổi trẻ chỉ biết mỗi một điều là ham muốn rồi ngồi đợi của cải từ trên trời rơi xuống. Thế nhưng làm gì có của từ trên trời rơi xuống, mọi thứ mà ta mong muốn đều giống như ngọn núi vậy, ngọn núi cứ đứng đó chờ đợi, người ta không thể nhầm đường khi đi tới đó. Nhưng còn phải leo lên núi nữa. Tất cả những kẻ nhiều tham vọng mà tôi từng chứng kiến, họ cương quyết bước chân đi và đều tới nơi, thậm chí còn tới sớm hơn tôi tưởng. Họ chưa bao giờ trì hoãn một phương cách nào có lợi cho mình, cũng chẳng ngại tới lui với những ai mà họ nghĩ có thể lợi dụng việc gì đó, đồng thời không quên lơ tít đi những kẻ vô dụng chẳng có tích sự gì ngoài việc đem lại sự dễ chịu cho họ. Họ lại còn biết nịnh hót khi cần nữa. Tôi chẳng hề chê trách gì đâu nhé, đây chỉ là chuyện sở thích mà thôi. Chỉ có điều nếu đã cả gan nói ra những sự thật khó chịu với người có thể mở ra những con đường cho bạn, thì sau đó cũng đừng nói là bạn muốn qua đường nhé, bạn cứ ở đó mà mơ là mình sẽ đi qua được, như người ta đôi khi vẫn mơ mình biến thành chim ấy. Cũng giống như khi bạn mơ mình trở thành ông bộ trưởng nhưng không phải rách việc với các cuộc điều trần, cũng chẳng phải quản lý gì cả. Tôi từng quen biết nhiều kẻ lười biếng, họ luôn miệng nói rằng: “Rồi người ta sẽ tới tìm tôi thôi, việc gì mà tôi phải đụng tay vào.” Ấy là vì trong thâm tâm họ chỉ muốn người khác để cho mình yên thân, và quả thật rất cuộc người khác đã để cho họ yên thân. Dù vậy họ cũng chẳng hề bất hạnh như họ cứ bắt mình tưởng tượng đâu. Kẻ khờ là kẻ trong vòng hai ngày khuấy trời đập đất nhằm săn cho bằng được một con mồi thật lớn, tí như con điều hâu. Chẳng có gì để hy vọng ở những chuyến đi săn được chuẩn bị quá vội vã ấy đâu. Tôi đã thấy nhiều người rất khá trong việc làm cái trò châu chấu đá xe đó. Cũng chính vì thế mà đôi khi người ta lại nói rằng xã hội thật bất công, trong khi thực tế chính họ mới bất công. Xã hội không trao gì cho kẻ không đòi hỏi gì, ý tôi muốn nói là đòi hỏi theo một đường lối thật kiên tâm trí; và điều này không hề xấu, bởi sự hiểu biết và năng lực tinh thần đâu phải là tất cả. Những người như thế hẳn là dễ dàng hiểu được mặt chính trị, nhưng họ lại cho thấy, bởi không buồn tìm hiểu gì, rằng họ chẳng hề thích thú những điều tệ hại của nghề nghiệp, mà nghề nào chẳng có những điều tệ hại. Và nếu như không yêu nghề thì có quan trọng gì đâu cái việc họ nắm chắc kỹ năng và hiểu biết? Barrès^[44] tiếp khách, bình luận, ghi nhớ. Tôi chẳng biết ông có phải là người hoàn toàn thích hợp với món chính trị to lớn hay không, nhưng chắc chắn là ông yêu nghề.

Tôi chỉ muốn nói rằng tất cả những ai muốn làm giàu đều sẽ đạt được mục đích. Điều này hẳn sẽ làm kinh động tất cả những ai từng mơ có nhiều tiền nhưng lại chẳng có chút tiền nào cả. Họ mãi ngắm ngọn núi, nhưng ngọn núi lại chờ đợi họ. Tiền, cũng như mọi lợi ích khác, trước hết nó muốn người ta phải trung thành với nó. Rất nhiều người tưởng tượng rằng họ muốn kiếm tiền chỉ đơn giản bởi vì họ cần tiền. Nhưng tiền luôn luôn tránh né những ai muốn kiếm tiền chỉ để phục vụ cho như cầu của mình. Những ai đã lập nên sản nghiệp riêng đều từng nghĩ đến chuyện kiếm tiền từ mọi thứ. Nhưng những người tìm một cách buôn bán vừa có thể mang lại nhiều lợi nhuận vừa khiến cho họ vui thích, như trong tình bạn vậy, hay cho phép họ làm theo sở thích và trí tưởng tượng của mình, hay giúp họ được trở nên dễ tính và thậm chí còn rộng lượng, những người ấy sẽ tan biến như nước mưa đọng trên lòng đường nhựa nóng rẫy. Phải nghiêm ngặt, phải can đảm; và phải chứng tỏ mình sẽ xả thân, giống như các hiệp sĩ thời xưa. Thủy ngân phản ứng với vàng còn không nhanh bằng lợi nhuận phản ứng với những ai hằng ngày hằng giờ chất chiu ky cốp. Nhưng người tình lãng nhãng sẽ phải trả giá. Những người chỉ muốn tiêu tiền sẽ chẳng thể kiếm được tiền. Điều này là công bằng, vì cái mà anh ta muốn là tiêu, chứ không phải là kiếm. Tôi từng quen biết một người rất mê nghề nông, anh ta gieo hạt vì thích như vậy, và theo cách nào đó làm vậy còn khiến tinh thần anh ta phấn chấn lên nữa. Anh ta chỉ mong sao không bị lỗ, nhưng không bao giờ anh ta hòa được vốn. Cuối cùng anh ta lụn bại. Có sự hà tiện ở những người già, thậm chí ở những người ăn xin, đó là một cái tật, nhưng sự hà tiện ở người làm nghề buôn bán là thuộc tính của bản thân nghề nghiệp này. Ngay khi muốn kiếm tiền, tức thì ta phải muốn có phương tiện, nghĩa là kiếm được những khoản tiền lời nho nhỏ. Nếu không thì chẳng khác nào leo lên cao mà không hề nhìn chỗ mình đặt chân, không phải hòn đá nào cũng vững mà trọng lực thì có bao giờ buông tha chúng ta đâu. Lụn bại là một từ rất thích hợp vì thua lỗ buộc chặt vào người làm nghề buôn bán và luôn luôn kéo anh ta xuống. Ai không cảm nhận được thứ trọng lực này thì dù có làm gì cũng chỉ uống công.

29. Về số phận

“Số phận,” Voltaire^[45] từng nói, “dẫn dắt chúng ta và chế nhạo chúng ta.” Câu nói này xuất phát từ một người vốn dĩ sáng suốt như vậy làm tôi thấy ngạc nhiên. Số phận ngoại cảnh có những hành vi bạo lực, như Descartes có thể bị đá rơi bẹp người hay bị đạn pháo bắn trúng. Các lực ấy có thể xóa sổ tất cả chúng ta khỏi mặt đất chỉ trong khoảnh khắc. Thế nhưng cho dù có dễ dàng giết chết một con người đến vậy thì hiện tượng đầu thế làm anh ta thay đổi. Tôi ngưỡng mộ những cá nhân đi được đến tận cùng, những cá nhân từng kinh qua mọi thứ. Cũng giống như chuyện xảy ra với một con chó, khi nó ăn thịt một con gà thì con gà ấy biến thành thịt của nó, mỡ của nó; và cá thể cũng hấp thụ hiện tượng như vậy. Kiên trì trong sự ham muốn chính là bản chất của tính cách mạnh mẽ, luôn đi tìm giải pháp ngay trong sự đổi thay của vạn vật, nơi bất cứ cái gì cũng có thể xảy ra. Bản chất của con người mạnh mẽ là đóng dấu ấn riêng của mình lên mọi vật. Nhưng lực này lại thông thường hơn ta tưởng. Mọi thứ đều là trang phục cho con người, và các lý áo lý quần sẽ xếp đặt theo hình hài và cử động. Một cái bàn, một phòng làm việc, một phòng ngủ, một ngôi nhà nhanh chóng được sắp xếp gọn ghẽ hoặc bị bày bừa ra là tùy thuộc vào người nào sử dụng chúng. Các sự vụ xảy đến sau đó, dù là lớn hay nhỏ; và may mắn hay bất hạnh tùy theo phán đoán ngoại quan của mỗi người, nhưng con người dẫn dắt những sự vụ ấy dù giỏi hay kém cũng luôn luôn tự đào cho mình một cái hồ theo đúng hình hài của anh ta, giống như loài chuột. Hãy nhìn cho rõ: anh ta đã làm điều mà anh ta muốn.

“Những gì tuổi trẻ ham muốn thì tuổi già có đầy rẫy.” Chính Goethe^[46] đã trích câu ngạn ngữ này ở đầu hồi ký của ông. Và Goethe là một mẫu hình xuất chúng của những tính cách biết nhào nặn mọi sự kiện theo cách của mình. Lẽ tất nhiên không phải người nào cũng là Goethe; nhưng ai cũng là chính mình. Dấu vết không được đẹp cho lắm, thì được rồi; nhưng anh ta để nó lại ở khắp nơi. Những gì anh ta muốn không phải là một cái gì quá cao cả; nhưng những gì anh ta muốn thì anh ta luôn có được. Con người ấy hoàn toàn không phải là Goethe, cũng không hề mong muốn được là Goethe. Spinoza, người hơn bất kỳ ai hiểu rõ bản năng cá sấu bất kham ấy, từng nói rằng con người không cần đến sự hoàn hảo của loài ngựa. Cũng vậy, chẳng ai tha thiết gì sự hoàn hảo của Goethe. Nhưng người lái buôn, dù có ở đâu, ngay cả trên đồng đồ nát, cũng mua và bán, người bán hàng trả góp thì vẫn cứ cho vay, nhà thơ thì vẫn cứ ca ngợi, còn kẻ lười biếng thì ngủ khi. Rất nhiều người phàn nàn vì không có được cái này cái kia; nhưng nguyên do của điều ấy luôn luôn nằm ở chỗ họ đã không thực sự mong muốn chúng. Ông đại tá sắp đi trồng rau cải kia hẳn rất muốn được lên tướng; nhưng nếu có thể lược lợi cuộc đời ông đại tá, có lẽ tôi sẽ tìm thấy một điều gì đó thật nhỏ bé thôi mà lẽ ra ông nên làm, nhưng ông đã không làm, ông đã không hề muốn làm. Tôi sẽ chứng minh cho ông thấy rằng ông không hề muốn được lên tướng.

Tôi thấy có nhiều người sở hữu khá khá phương tiện nhưng lại chỉ đạt được một vị trí nhỏ và kém. Nhưng họ từng muốn gì? Họ muốn được nói thẳng? Thì họ đã nói thẳng rồi đấy. Không phải phỉnh nịnh ư? Họ chưa từng phỉnh nịnh và vẫn không hề phỉnh nịnh. Quyền lực thông qua phán đoán, thông qua khuyên nhủ, thông qua chối từ ư? Họ có thể mà! Anh ta không có tiền ư? Nhưng chẳng phải anh ta vẫn luôn luôn coi thường đồng tiền đó sao? Tiền sẽ đến với những ai tôn thờ nó. Hãy tìm cho tôi dù chỉ một người muốn làm giàu mà lại không sao làm nổi. Ý tôi là những ai thực sự muốn. Hy vọng thôi không phải là muốn. Nhà thơ hy vọng kiếm được mười vạn franc; anh ta không biết phải kiếm tiền từ ai hay bằng cách nào, vậy là anh ta không có được món tiền đó. Nhưng anh ta muốn làm ra những câu thơ hay. Vậy là anh ta làm ra chúng. Đẹp theo bản tính của mình, cũng như con cá sấu thì chuốt vẩy còn con chim thì chải bộ lông. Ta cũng có thể gọi số phận là thứ sức mạnh nội tâm mà rốt cuộc tự nó sẽ tìm ra được giải pháp; nhưng giữa cuộc đời được trang bị và sắp xếp thật hoàn hảo của Pyrrhus^[47] và viên ngói đã giết chết ông ta, điểm chung chỉ vồn vện là một cái tên gọi. Một nhà thông thái đã bảo cho tôi biết rằng thuyết tiền định của Calvin^[48] khá giống với chính sự tự do.

3 tháng mười 1923

30. Đừng tuyệt vọng

Một phương pháp mà cảnh sát dùng để trị cho người say là bắt anh ta tuyên thệ, tức một phương pháp có mang dấu ấn của hành động. Lý thuyết gia hẳn sẽ không tin vào cách này bởi vì trong mắt ông ta, các thói quen và tật xấu đã được xác định và thiết lập vững chắc xong xuôi cả rồi. Vì suy luận dựa trên các môn khoa học về vạn vật, ông ta muốn mọi người mang sẵn trong mình những cách thức hành động của riêng mình, như là các đặc tính, tương tự như sắt hoặc lưu huỳnh. Nhưng tôi lại nghiêng về phía cho rằng các phẩm hạnh và thói xấu của chúng ta thường không xuất phát từ bản tính của chúng ta mà ra, cũng như bản tính của sắt không phải là để được rèn hay bị cán mỏng, cũng như bản tính của lưu huỳnh không phải là để chế ra thuốc súng hay nấp vào đạn đại bác.

Trong trường hợp người say xin thì tôi thấy rõ lý do: ở đây thói quen tạo ra như cầu bởi vì càng uống cái thứ mà anh ta đang uống thì anh ta càng cảm thấy khát hơn và mất hết lý trí. Nhưng nguyên nhân ban đầu của việc uống rượu thì lại rất yếu, một lời tuyên thệ có thể hủy nó đi, chỉ cần cái nỗ lực tư duy nhỏ bé ấy là anh chàng của chúng ta tỉnh táo trở lại như thể từ hai mươi năm nay anh ta chỉ uống toàn nước lọc. Cũng có thể thấy điều ngược lại, tôi đang tỉnh táo nhưng tôi có thể nhanh chóng bị say rượu, và điều này thì chẳng cần tôi phải nỗ lực. Tôi thích chơi bạc, khi hoàn cảnh thay đổi, tôi không còn nghĩ đến chuyện ấy nữa, nhưng nếu cứ tiếp tục chơi thì hẳn là tôi sẽ vẫn còn thích. Trong cảm xúc có cả sự bướng bỉnh và nhất là có cả sự sai lầm vô chùng, chúng ta cứ nghĩ rằng mình không thể giải thoát khỏi cảm xúc. Những người không thích ăn pho mát thì tuyệt không muốn ném thử, vì họ tin rằng mình sẽ không hề thích. Một người độc thân thì thường tin rằng anh ta sẽ không thể chịu đựng nổi cuộc sống hôn nhân. Thật không may, sự tuyệt vọng lại hay đi cùng với sự đoan chắc, hay tạm gọi là một sự khẳng định mạnh mẽ, khiến cho ta không chấp nhận sự khuây khỏa. Ảo tưởng này, tôi tin đây chính là một loại ảo tưởng, là rất tự nhiên, ta xét đoán rất kém về những gì ta không hề có. Chùng nào còn uống rượu, tôi sẽ không thể hình dung ra sự tỉnh táo; tôi dùng hành động của mình đẩy nó ra xa.

Khi không uống rượu nữa, thì chỉ riêng việc không uống đã giúp tôi đẩy lui sự say xỉn. Mọi sự cũng như vậy với nỗi buồn, với trò cờ bạc, và với mọi thứ khác.

Khi sắp chuyển nhà, bạn chào tạm biệt những bức tường mà bạn sắp rời bỏ, nhưng khi đồ đạc còn chưa mang ra đến ngoài phố thì bạn đã yêu quý nơi ở mới rồi, nhà cũ đã bị lãng quên. Mọi thứ đều sớm bị lãng quên, hiện tại có sức mạnh và nét thanh xuân của nó, lúc nào cũng vậy, còn ta tự thích ứng với điều này với những cử động tự tin. Ai ai cũng cảm thấy điều đó nhưng chẳng ai tin vào nó cả. Thói quen là một dạng thần tượng, sức mạnh của nó nằm ở sự tuân phục của chúng ta. Ở đây lại chính suy tư đã lừa chúng ta, bởi những gì mà ta không hình dung nổi, ta cũng thấy tưởng như không thể làm nổi. Trí tưởng tượng dẫn dắt thế giới của con người, thế nhưng nó cũng không thể lần lượt được tập tục, và cũng phải nói rằng trí tưởng tượng không biết sáng tạo; chỉ có hành động mới là chủ thể sáng tạo.

Ông tôi đến quãng bảy mươi tuổi thì ngán các thứ đồ ăn cứng, chỉ còn uống sữa mà sống trong vòng ít nhất năm năm. Người ta từng bảo đó chỉ là một cái tật, và điều này rất đúng. Cho tới một hôm trong bữa ăn cùng cả nhà, tôi thấy ông đột nhiên tấn công một cái đùi gà; và thế rồi sống thêm được sáu hay bảy năm nữa, ăn uống mọi thứ giống như bạn và tôi vậy. Chắc hẳn đây là một hành động đầy can đảm, nhưng ông thách thức cái gì mới được chứ? Ông thách thức dư luận, hay nói đúng hơn, thách thức ý kiến Ông từng có về dư luận, và cả cái ý kiến ông từng có về bản thân mình nữa. Người ta sẽ nói quả là một bản tính tốt lành. Không đúng. Ai cũng thế cả thôi, có điều họ không biết rằng mỗi người đi theo con người riêng của mình.

24 tháng tám 1912

31. Trên đồng cỏ lớn

Platon có những truyện khuyến dụ trẻ con, nhìn chung giống mọi truyện khuyến dụ khác, nhưng nhờ một số từ nhỏ nhỏ như thể được gài vào một cách tinh cò, chúng cứ vang vọng trong sâu thẳm chúng ta, và đột nhiên rọi sáng những góc ngách mà ta ít biết tới. Chẳng hạn câu chuyện về một người tên là Er, người ta cứ tưởng anh đã chết trận, thế rồi nhằm lần được phát hiện, anh ta từ Địa Ngục trở về, và kể lại những gì nhìn thấy dưới đó.

Sau đây là thử thách đáng sợ nhất. Những linh hồn, bóng ma, hay gọi là gì cũng được, bị dẫn tới một đồng cỏ lớn, và trước mặt họ bày ra những cái bao đựng số phận để lựa chọn. Những linh hồn này vẫn còn lưu lại ký ức về cuộc đời đã qua, chúng lựa chọn theo những ham muốn và nuôi tiếc của mình. Những ai từng muốn có tiền hơn mọi thứ khác thì chọn một số phận rùng rợn đầy túi. Những ai từng có nhiều tiền thì muốn có nhiều hơn nữa. Những người ưa khoái lạc thì tìm những cái bao đựng đầy lạc thú, những kẻ tham vọng tìm một số phận vua chúa. Rốt cuộc, ai cũng tìm thấy cái mình cần, vác số phận mới trên vai mà đi, uống nước của dòng sông Létché, nghĩa là Sông Quên, và quay trở lại mảnh đất con người sống theo những gì mà họ đã chọn.

Đó là một thử thách đặc biệt và một sự trừng phạt kỳ cục, tuy nhiên nó đáng sợ hơn về bên ngoài của nó. Bởi vì có rất ít người suy nghĩ về nguyên nhân đích thực của hạnh phúc và bất hạnh. Những người ấy chịu lần về đến tận khởi nguồn, nghĩa là đến tận những ham mê mang tính độc tài, có khả năng trấn áp lý lẽ. Những người ấy nghi ngại sự giàu có, vì sự giàu có khiến ta ua phỉnh nịnh và tự bịt tai lại trước những con người bất hạnh; họ nghi ngại quyền lực, vì quyền lực khiến cho tất cả những ai có nó không nhiều thì ít cũng trở nên bất công; họ nghi ngại lạc thú, bởi rốt cuộc chúng sẽ che mờ và làm tắt ngấm ánh sáng của trí tuệ. Vậy nên những con người khôn ngoan ấy sẽ thận trọng trả lại những cái bao có vẻ ngoài đẹp đẽ, lo làm sao để không mất đi sự cân bằng trong lời hứa của những số phận hào nhoáng, không mất đi khả năng suy xét đúng sai mà họ đã đạt được và đã phải gìn giữ hết sức khó nhọc. Những người ấy gánh trên lưng một số phận khó hiểu nào đó mà chẳng ai thêm muốn cả.

Nhưng những người khác, cả đời chỉ biết chạy nhong nhong theo đuổi ham muốn, thỏa mãn tận hưởng những gì với họ là tốt đẹp, không nhìn xa được hơn chòm mũi của mình, bạn còn muốn những người như thế lựa chọn gì đây, nếu không phải là nhiều mù quáng hơn nữa, nhiều dốt nát hơn nữa, nhiều dối trá và bất công hơn nữa? Và cũng chính bằng cách ấy họ tự trừng phạt bản thân mình khắc nghiệt hơn so với bất kỳ vị quan tòa nào sẽ trừng phạt họ. Có lẽ tay triệu phú kia giờ đang ở trên đồng cỏ rộng. Gã sẽ chọn gì đây? Nhưng thôi hãy bỏ qua các ẩn dụ nhé, Platon luôn luôn ở sát gần ta hơn là ta tưởng. Tôi chẳng hề có chút kinh nghiệm nào về một cuộc sống mới sau cái chết, vậy nên nếu nói tôi không tin rằng nó tồn tại vẫn là quá ít, tôi còn hoàn toàn không thể nghĩ gì về nó. Thay vì vậy, tôi sẽ bảo rằng cuộc đời sắp tới, nơi chúng ta sẽ bị trừng phạt đúng theo lựa chọn của mình, và thậm chí là theo luật chơi của mình, đó chính là cái tương lai mà ta sẽ không ngừng trượt theo, nơi mỗi người triển khai những gì có ở bên trong cái bao mà anh ta đã chọn. Và cũng đúng là chúng ta mãi không chịu ngừng uống nước Sông Quên, vừa uống vừa buộc tội các vị thần và buộc tội số phận. Ai chọn tham vọng đều không chịu tin mình đã chọn sự phỉnh nịnh thấp kém, ghen tị, bất công. Nhưng tất cả những thứ đó đều đã có ở trong bao.

5 tháng sáu 1909

32. Cảm xúc lân cận

“Thật khó sống cùng những người mà ta đã biết quá rõ”, một người bảo. “Ta không biết cách kiềm chế để khỏi rên rỉ về mình, khỏi phóng đại những nỗi đau nho nhỏ của mình. Mà họ cũng thế. Ta dễ dàng than thở về hành động của họ, về lời lẽ của họ, về tình cảm của họ, ta dễ cho cảm xúc của ta bùng nổ, ta tự cho phép mình tức giận vì những lý do nhỏ nhặt, ta quá ư chắc chắn về sự quan tâm, tình cảm triu mến và sự tha thứ của người khác, và vì đã quá biết nhau nên ta chẳng buồn gắng sức làm đẹp cho mình nữa. Sự bộc trực tức thời này không phải là chân lý đâu, nó làm phóng đại mọi thứ, nó làm xuất hiện những giọng điệu chua chát và những cử chỉ táo tợn, nó gây ra sự ngạc nhiên ngay trong những gia đình vốn gắn bó khăng khít với nhau. Lịch sự và lễ nghi có ích hơn rất nhiều so với ta tưởng.”

“Thật khó sống cùng những người mà ta không biết”, một người khác nói. “Dưới mặt đất là những người thợ mỏ miệt mài đào bới để tạo lợi nhuận cho những nhà tư bản. Có những cô thợ may vất kiệt sức mình để phục vụ cho các bà các cô sành điệu mua sắm ở những cửa hàng lớn. Cùng lúc đó có những người khốn khổ đang chỉnh sửa và cắt dán chế tạo hàng trăm món đồ chơi, bán với giá rẻ mạt, để phục vụ cho sự sung sướng của lũ trẻ con nhà giàu. Những đứa trẻ con nhà giàu, những cô những bà sành điệu hay những nhà tư bản đều không hề nghĩ tới những chuyện ấy, thế nhưng tất cả bọn họ đều sẽ cúi đầu trước một con chó đi lạc đường hay một con ngựa bị sung huyết, họ lịch thiệp và tốt bụng với gia nhân, không chịu đựng nổi khi thấy con mắt đỏ mọng hay vết hằn dỗi của gia nhân. Ta thưởng một món tiền lớn, chẳng phải vì đạo đức giả, mà vì ta sẽ được chứng kiến niềm vui của cậu bồi bàn, của người giao hàng, của lão xà ích. Cũng cái người vừa thưởng hậu hĩnh cho một anh chàng khuân vác lại khẳng định rằng những người lái tàu có thể sống thoải mái với số tiền lương mà hãng hỏa xa trả cho họ. Mỗi phút, mỗi giây, mỗi người lại gây hại cho một người xa lạ. Xã hội là cỗ máy tuyệt diệu cho phép những con người lương thiện tha hồ nhẫn tâm với người khác mà không biết”.

“Thật là thoải mái”, người thứ ba lên tiếng, “khi được sống cùng những người mà ta không biết quá rõ. Ai cũng tự kiềm chế lời lẽ và cử chỉ của mình, qua đó mà kiềm chế luôn những cơn giận. Sự vui vẻ biểu lộ trên khuôn mặt rồi sẽ sớm đi vào trong trái tim. Những gì ta biết mình có thể sẽ phải hối tiếc nếu nói ra, ta sẽ chẳng nghĩ đến chuyện nói chúng ra nữa. Ta cố tỏ ra tốt đẹp hơn khi gặp một người không biết rõ về ta lắm, nỗ lực này làm cho ta trở nên công bằng hơn với người khác, và nhân thể, với cả bản thân mình. Ta chẳng hề trông đợi điều gì từ một người không quen biết, ta vui sướng với chút nhỏ nhoi mà họ mang lại. Tôi từng nhận thấy rằng tiếp xúc với những người nước ngoài rất dễ chịu, vì họ chỉ biết nói những lời lịch thiệp, không hề châm chích, bởi vậy mà có những người thích sống ở những đất nước xa lạ, tại đó họ không có cơ hội để mà độc ác, và tại đó họ cũng thấy hài lòng hơn về chính mình. Thậm chí chẳng cần tới những cuộc trò chuyện, ta vẫn có thể tìm thấy một tình bạn, một sự đồng hành mới dễ dàng làm sao trên vỉa hè! Một cụ già, một đứa trẻ, thậm chí một con chó cũng thư thái mà đi lại ở đó; ngược lại, ở trên phố, những người đánh xe chửi rủa nhau, ai cũng cuống cào lên vì những khách đi đường không nhìn thấy nhau. Cơ chế thì không có gì là phức tạp, nhưng nó đã nghiêng lên ken kết rồi đó. Sự yên bình của xã hội bắt nguồn từ những mối liên hệ trực tiếp, những hỗn hợp lợi ích, những trao đổi trực tiếp, không phải qua các tổ chức, nghĩa là các cơ chế, như nghiệp đoàn hay đoàn thể, mà ngược lại, thông qua các đơn vị lân cận nhau không quá lớn mà cũng không quá nhỏ. Chế độ liên bang giữa các vùng là một cái gì có thực.”

27 tháng mười hai 1910

33. Trong gia đình

Có hai loại người, loại quen với tiếng ồn và loại cố bắt những người khác im lặng. Tôi biết nhiều người đang làm việc hay đang thi u ngủ mà nghe thấy một giọng nói thì thầm bên tai hay tiếng một chiếc ghế bị xô xích mạnh tay thì họ sẽ nổi điên lên. Tôi cũng biết nhiều người tự cấm mình không được điều chỉnh hành động của người khác, họ thà đánh mất một ý tưởng quan trọng hoặc hai ba giờ ngủ, còn hơn là làm tắt đi những lời chuyện trò, những nụ cười hay tiếng hát của láng giềng.

Hai loại người này né tránh lẫn nhau và cố tìm những người cùng loại trong đời. Đó là lý do vì sao người ta gặp những gia đình rất khác nhau về quy định và phương châm sống chung.

Có những gia đình có luật bất thành văn là cái gì đã khiến một người bức bối thì không được làm với tất cả những người khác. Người thì dị ứng với hương hoa, kẻ thì dị ứng giọng nói to, người đòi đêm phải tĩnh lặng, kẻ lại muốn yên thân vào buổi sáng. Người này muốn đừng ai động chạm đến tôn giáo, kẻ khác nghiêng rãng nghiêng lợi nếu ai mở miệng nói về chính trị. Mọi người công nhận ở nhau “quyền phủ quyết”, và tất cả mọi người đều nghiêm nhiên thực hành quyền này. Một người nói: “Đầu óc tôi đau như búa bổ cả ngày chỉ tại mấy bông hoa này” còn kẻ khác nói: “Đêm rồi tôi chẳng thể nào chợp mắt vì ai đó cứ đẩy cửa mạnh tay lúc mười một giờ.” Vào giờ ăn, mọi người sẽ lần lượt lên tiếng than phiền, như trong một cuộc họp ở nghị viện. Tất cả đều sớm học được cái điều luật phức tạp này, và giáo dục chỉ nhằm vào việc dạy điều này cho bọn trẻ. Cuối cùng, tất cả mọi người đều sẽ bất động, rồi nhìn nhau, rồi nói những lời nhảm chán. Điều đó tạo ra một sự yên bình u ám và một kiểu hạnh phúc ngán ngẫm. Có điều, sau khi xem xét trước sau, ai cũng cảm thấy người khác làm phiền mình nhiều hơn là mình làm phiền họ, nên tất cả mọi người đều tự cho mình là rộng lượng rồi tự lẩm bẩm: “Không được sống vì bản thân mình chứ, phải nghĩ đến người khác chứ.”

Còn có những gia đình nơi sự tự do của mỗi cá nhân là thiêng liêng, cái được yêu thích, và trong những gia đình ấy không một ai từng nghĩ rằng niềm vui của anh ta hay cô ta có thể gây tổn hại cho kẻ khác. Nhưng chúng ta đừng nói về những người này, họ là những kẻ ích kỷ.

12 tháng bảy 1907

34. Sự xót xa

Ai cũng biết màn kịch nổi tiếng ấy, nơi tất cả mọi người, sau khi cứ nói đi nói lại với Basile “mặt mũi anh xanh xao phát sợ”, cuối cùng đã làm anh chàng tin rằng anh ta bị bệnh thật^[49]. Cái màn kịch này cứ diễn tới diễn lui trong đầu tôi mỗi khi tôi ngồi giữa một gia đình hòa hợp, nơi mọi người cùng chăm chút sức khỏe cho nhau. Bất hạnh thay cho kẻ hơi chút xanh xao hay nóng sốt, cả gia đình sẽ bắt đầu tra hỏi đầy lo âu, kiểu “ngủ yên giấc không?”, “hôm qua ăn gì?”, “làm việc nhiều quá!”, và ôi thôi là những lời động viên khác. Rồi tiếp đến là những câu chuyện về các căn bệnh “không được phát hiện sớm”.

Tôi thấy thương những người vốn đã nhạy cảm và có chút yếu đuối lại được yêu thương, chăm chút, áp ủ, săn sóc như vậy. Những phiền toái lật vặt hằng ngày, đau bụng, ho, hắt hoi, ngáp, hay đau đầu, bỗng dưng trở thành những triệu chứng đáng sợ với anh ta, và rồi anh ta sẽ theo dõi chúng, với sự trợ giúp từ gia đình, và dưới đôi mắt vô cảm của vị bác sĩ, kẻ sẽ không bao giờ, bạn đang nghĩ đúng rồi đấy, không bao giờ khẳng định chắc chắn với mọi người là chẳng có việc gì đáng lo, vì ông ta đâu có muốn mình biến thành một con lừa trong mắt thiên hạ.

Ngay khi người ta lo lắng, người ta sẽ mất ngủ. Rồi người bị bệnh tưởng của chúng ta sẽ mất cả đêm để lắng nghe từng hơi thở và mất cả ngày để kể lại chuyện ban đêm. Rồi bệnh tình sẽ sớm được xác định và ai cũng sẽ biết là anh ta bệnh, những cuộc nói chuyện đang lui tàn nhờ đó lại được hồi sinh. Sức khỏe của kẻ bất hạnh được đo bằng một chỉ số, hết như chỉ số chứng khoán, lúc lên lúc xuống, và người ta nhận ra nó hoặc sẽ dự đoán nó. Thế là lại thêm một bệnh nhân suy nhược thần kinh nữa.

Phương thuốc nào đây? Chạy trốn gia đình. Đi sống giữa những người lãnh đạm, những người sẽ hỏi thăm bạn với vẻ phớt lờ: “Bạn khỏe không?” nhưng sẽ lánh xa bạn nếu bạn trả lời một cách nghiêm túc. Sống giữa những người không muốn nghe những than phiền của bạn và không nhìn bạn với ánh mắt triu mến xót xa làm bạn quặn lòng.

Trong môi trường như thế, nếu bạn không rơi tòm vào sự thất vọng thì chắc chắn là bạn sẽ bình phục. Bài học đạo đức cần rút ra là thế này: đừng bao giờ nói với người khác sao mà họ có vẻ ốm yếu đến thế.

30 tháng năm 1907

35. Sự hòa thuận trong gia đình

Tôi trở lại với tác phẩm khủng khiếp *Poil de Carotte* của Jules Renard^[50], một quyển sách không khoan nhượng và cái cần nói về nó là khía cạnh xấu xa của mọi thứ không khó để nhận ra; thường thì đó là những sân hận được dịp thể hiện trong khi tình bằng hữu thì bị che khuất. Sự thân mật càng lớn, điều đó càng khó có thể tránh khỏi. Ai không hiểu được điều này chắc chắn sẽ bất hạnh.

Trong gia đình, và nhất là khi những tấm lòng đã hoàn toàn vì nhau, sẽ không có ai giữ kẽ, không có ai mang mặt nạ. Như thế một người mẹ, trong mắt đứa con, sẽ không bao giờ nghĩ đến chuyện phải chứng tỏ với nó rằng mình là một bà mẹ tốt; hoặc giả nếu có vậy thì chỉ vì đứa con độc ác đến mức dữ tợn. Một đứa trẻ khôn ngoan biết rằng thỉnh thoảng nó sẽ được đối xử không kiêu cách, và đó chính là một phần thưởng. Người ta chỉ lịch sự với những người xa lạ, còn sự vui vẻ hay cái kính chỉ thể hiện với những ai mà họ thật sự thương yêu.

Một trong những hiệu ứng của tình thương được chia sẻ là sự cấu kinh được thể hiện một cách bộc phát. Người thông thái nhận ra ở đó bằng chứng của niềm tin hay tính xuê xòa thân mật. Các tiểu thuyết gia đã nhiều lần ghi nhận rằng dấu hiệu đầu tiên của một phụ nữ ngoại tình chính là phép lịch sự và sự quan tâm trở lại đối với chồng mình; nhưng người ta đã nhầm khi cho đó là một tính toán. Người ta không còn xuê xòa nữa. “Và tôi muốn bị trừng phạt”^[51], cụm từ có nguồn gốc kịch nói này đã thổi phồng tới mức nực cười một sự thực nơi trái tim. Trừng phạt, xúc phạm, buộc tội, đó luôn luôn là những động thái đầu tiên. Với niềm tin thái quá, gia đình có thể tiêu tán, ý tôi là trở thành một không gian đáng ghét nơi có những tiếng nói mang âm sắc giận dữ khủng khiếp nhất. Và điều đó là hiển nhiên; trong sự thân mật thường ngày, cơn giận dữ của người này sẽ nuôi dưỡng cơn giận dữ của kẻ khác, và những niềm sân hận nhỏ nhất được dịp nhân lên gấp bội. Do đó thật dễ để mô tả tất cả tính khí ngất ngèo; và chỉ cần giải thích được chúng thì chúng ta sẽ thấy phương thuốc nằm ngay bên cạnh cái xấu.

Mỗi người đều sẽ nói, một cách hoàn toàn tự nhiên, về một kẻ hay càu nhàu và nhăn nhó mà họ biết rõ như sau: “Tính ông ấy như vậy.” Nhưng tôi không tin lắm vào tính cách. Bởi theo kinh nghiệm, những gì thường bị kìm nén sẽ mất tầm quan trọng tới mức không được đếm xỉa nữa. Sự hiện diện của đức vua không làm biến mất tính cấu kinh của một kẻ nịnh thần, nó chỉ bị bỏ đi vì cái mong ước mãnh liệt làm hài lòng đức vua; động thái này sẽ loại bỏ động thái khác; nếu bạn bắt tay thân mật, điều đó sẽ loại bỏ một cú đấm. Tương tự với những tình cảm có gốc rễ trong những động tác đã khởi phát rồi bị kìm nén. Khi thấy một phụ nữ quen biết rộng rãi kìm nén cơn giận của mình để đón chào một vị khách bất ngờ, tôi sẽ không nói: “Thật là đạo đức giả!” mà nói: “Quả là một phương thuốc hoàn hảo chống lại cơn sân hận!”

Mệnh lệnh gia đình cũng giống như luật lệ; nó không tự dung mà có, nó được làm nên và được bảo tồn bởi ý chí. Kẻ đã hiểu rõ sự nguy hiểm của động thái đầu tiên sẽ điều chỉnh lại những hành động của mình và như vậy sẽ giữ được những tình cảm trong lòng. Đó là lý do tại sao hôn nhân là không thể phân ly, từ góc độ ý chí. Qua đó người ta thể ước sẽ bảo vệ cho cái tổ ấm luôn tốt đẹp, bằng cách làm nguôi ngoai những cơn bão táp. Đó chính là tác dụng của những lời thề.

14 tháng mười 1913

36. Về đời tư

Tôi còn nhớ chính La Bruyère^[52] đã nói trên đời có những cuộc hôn nhân tốt đẹp, nhưng không có những cuộc hôn nhân tuyệt vời. Loài người chúng ta cần thoát ra khỏi vũng lầy của những kẻ giả làm nhà đạo đức^[53], mà theo họ người ta hưởng và đánh giá về hạnh phúc như một loại trái cây. Tôi xin nói rằng, ngay cả với trái cây, người ta cũng có thể làm cho nó trở nên ngon lành. Nếu đó là hôn nhân hay là tất cả các mối quan hệ nhân sinh thì việc đó càng đúng hơn nữa; những thứ này không phải để tận hưởng hay để chịu đựng, mà phải là những thứ cần được xây dựng. Xã hội không giống như một bóng râm nơi người ta có thể cảm thấy dễ chịu hay không do tiết trời hay do những ngọn gió đẩy đưa. Ngược lại, đó là nơi những điều kỳ diệu xảy ra, nơi có thầy phù thủy quyết định chuyển nắng mưa.

Người ta làm rất nhiều việc có lợi cho sinh kế hay cho sự nghiệp. Nhưng thường thì họ chẳng làm gì để được hạnh phúc trong chính ngôi nhà mình đang sống. Tôi đã từng viết về phép lịch sự, nhưng chắc chắn chưa ca ngợi phép lịch sự như nó xứng đáng được ngợi ca. Tôi không hề nói lịch sự là một điều gian dối, dùng để dối phó với người lạ, tôi đã nói rằng tình cảm càng trung thực và quý báu thì càng phải lịch sự. Khi một nhà buôn vắng tục “Quý tha ma bất!”, chắc hẳn anh ta cũng tin là mình đang nói những gì mình nghĩ; nhưng lúc đó anh ta đã lọt vào cái bẫy của cảm xúc. Trong đời sống cảm xúc tức thời của chúng ta, tất cả những gì hiện ra trước mắt mình đều không thực. Lúc thức dậy tôi mở đôi mắt này, tất cả những gì tôi thấy đều không thực; nhiệm vụ của tôi là phải nhận định, phải đánh giá, phải giữ độ lùi nhất định để nhìn mọi vật. Bất cứ cái nhìn đầu tiên nào cũng là một giấc mơ thoáng qua và có lẽ những giấc mơ cũng chính là những lúc thức giấc chớp nhoáng mà không xét đoán gì. Vậy thì bạn muốn tôi xét đoán những cảm xúc tức thời của mình tốt hơn làm gì?

Hegel^[54] nói tâm hồn tức thời, hay tâm hồn tự nhiên, luôn được bao phủ bởi phiền muộn và giống như một thứ gì đó thật nặng nề. Đối với tôi đây là một nhận xét sâu sắc. Nếu tự vấn mà không chấn chỉnh mình thì đó chỉ là một trò chơi tồi. Và kẻ nào hay tự hỏi mình lúc nào cũng tự trả lời sai. Loại suy tư tự chiêm ngưỡng chính mình chỉ thuần túy là một nỗi chán chường, một nỗi buồn, một sự cô đơn, hay một sự nôn nóng. Hãy thử mà xem. Hãy hỏi chính bạn: “Tôi nên đọc gì để đốt thời gian bây giờ?” Đây, chưa gì bạn đã ngáp luôn rồi. Phải bắt đầu đọc đã! Ham muốn sẽ rơi rụng mất nếu nó không tự thành ý chí. Và hiểu được như vậy đã là đủ để nhận định về những nhà tâm lý, những kẻ hẳn muốn rằng mỗi người hãy tò mò tự truy xét những suy nghĩ của chính mình, như cách mà họ mần mê từng cọng cỏ hoặc vỏ sò. Nhưng suy nghĩ phải là ý chí.

Thế mà, những người giỏi giang trong đời sống cộng đồng, trong thương mại, trong công nghiệp, nơi người ta phải tự vấn và tự chấn chỉnh mình từng phút từng giây, lại không thành công như vậy trong đời sống riêng tư. Ai cũng nằm ngủ trên những xúc cảm của mình. Ngủ thì tốt thôi, nhưng trong thời gian nửa tỉnh nửa mơ của gia đình, mọi thứ đều dễ dàng trở nên chua chát. Do vậy những kẻ giỏi giang nhất thường bị dẫn vào một dạng đạo đức giả tồi tệ. Cần lưu ý ở chỗ người ta thường viện đến một thứ ý chí để che giấu cảm xúc, thay vì biến đổi những cảm xúc đó bằng ý chí, bằng những vận động như một vận động viên thể dục. Cái ý nghĩ cho rằng tính khí thất thường, nỗi buồn, trạng thái chán ngán là những thứ như gió như mưa thật ra chỉ là ý nghĩ đầu tiên, và sai lầm. Tóm lại, lịch sự đích thực chính là tuân theo những gì bất buộc. Người ta buộc phải biết tôn trọng, kín đáo, công chính. Thêm một ví dụ đáng để xem xét; bắt chước những xung động đầu tiên, khi kẻ trộm đã quay về với sự công chính, chắc chắn đó không phải là hành động của kẻ trộm nữa mà là hành động của sự trung thực, không hề nhuộm màu đạo đức giả. Tại sao ta không tin rằng tình yêu cũng như thế? Tình yêu không phải là một trạng thái tự nhiên, sự khao khát là một trạng thái tự nhiên nhưng nó không tồn tại quá lâu. Những tình cảm đích thực là thành quả của lao động. Không ai chơi bài bằng cách quăng con bài xuống ngay trong con nôn nóng đầu tiên, và không có ai chơi dương cầm bằng cách bấm ngẫu nhiên lên phím đàn. Âm nhạc chính là ví dụ hay nhất, vì âm nhạc được dựng lên từ ý chí, ngay cả trong khúc hát, rồi sau đó mới đến cái duyên, như những nhà thần học thỉnh thoảng có phán. Mặc dù họ chẳng biết mình đang nói về cái gì.

10 tháng chín 1913

37. Đôi lứa

Romain Rolland^[55], trong quyển sách rất hay của mình, nói rằng một gia đình đầm ấm rất hiếm có, xuất phát từ những nguyên do rất tự nhiên. Từng đi qua bao nẻo đường đời, quan sát những người mình đã gặp trên đường, tôi nhận ra những nét đặc trưng làm cho hai giới tính trở thành đối địch với nhau, mà không phải bao giờ họ cũng biết tại sao. Một giới thì cảm tính, một giới thì tích cực; đây là cái người ta thường nói đến nhưng rất hiếm khi được giải thích.

Cảm tính không đồng nghĩa với cảm thương. Ta phải hiểu từ này như là một mối liên giao chặt chẽ hơn giữa suy nghĩ và cội nguồn của cuộc sống; mối liên giao này có thể thấy ở người ốm bất kể giới tính của họ là gì, nhưng nó thường chặt chẽ hơn ở phụ nữ do ưu thế tự nhiên trong chức năng mang thai và cho con bú, và tất cả các chức năng có liên quan. Từ đó dẫn tới những thay đổi trong tính khí do những nguyên nhân tự nhiên, nhưng thường dẫn tới những hiệu ứng có vẻ ngẫu hứng, thiếu nhất quán, hay cố chấp. Đây không phải là thói đạo đức giả, bởi cần phải có một sự hiểu biết sâu sắc và hiếm thấy trong thực tế mới giải thích được những nguyên nhân thật sự của sự thay đổi tính khí, vì nguyên nhân cũng thay đổi cả động cơ của ta. Nếu một con mọt mối vừa thoáng qua làm tôi mất hứng thú đi bách bộ, nó cũng cho tôi thêm lý do để ở nhà. Người ta thường dùng từ e thẹn để chỉ sự che giấu những nguyên nhân thật sự; đó đúng hơn là sự thiếu hiểu biết, tôi tin vậy, về những nguyên nhân thật sự, giống như một dạng chuyển ngữ tự nhiên, gần như không thể tránh khỏi, của những gì thuộc về cơ thể sang ngôn ngữ của tâm hồn. Người đàn ông đang yêu trở nên dằn dặt trước những văn bản viết bằng thứ ngôn ngữ này.

Còn giới tính kia thì không thể hiểu được nếu không nhìn vào hành động. Chức năng chính của anh ta là săn bắn, xây dựng, sáng chế và thử nghiệm. Nếu phải đứng ngoài những nẻo đường đó, anh ta sẽ buồn chán, nhưng không bao giờ nhận ra điều đó. Do đó anh ta hoạt động thường xuyên ngay khi có cơ hội nhỏ nhất; ý chí của anh ta, khi muốn che giấu động thái đó, lại làm cho nó trở nên trầm trọng hơn. Cái anh ta cần là một món ăn chính trị hay công nghiệp. Phụ nữ cũng thường nhầm lẫn, coi những hiệu ứng tự nhiên này là đạo đức giả. Người ta có thể thấy những cơn khủng hoảng giới tính này được phân tích sâu sắc trong cuốn *Mémoires de deux jeunes mariées* (tạm dịch là *Hồi ký của hai người vợ trẻ*) của Bakac^[56], và đặc biệt là trong *Anna Karénine* của Tolstoi^[57].

Tôi cho rằng liều thuốc cho những đau khổ này nằm trong đời sống xã hội, liều thuốc này tác động theo hai cách. Trước hết, thông qua những mối quan hệ họ hàng và bạn bè, hình thành trong cuộc sống gia đình những hình thức xã giao, những hình thức này là hoàn toàn cần thiết để che giấu sự thất thường của tình cảm, cái luôn có quá nhiều cơ hội để thể hiện. Che giấu, hãy nghe cho kỹ; nếu người ta không thể bộc lộ ra ngoài thì những thứ chỉ đơn thuần là thay đổi tính khí thậm chí còn không cảm nhận được; cho dù người ta có yêu thương nhau thì phép lịch sự vẫn quan trọng hơn là tính khí. Thứ hai, cuộc sống cộng đồng cuốn lấy người đàn ông và làm cho anh ta quên đi cái sự nhàn rỗi có được do chiều chuộng, sự nhàn rỗi mà anh ta không bao giờ cảm thấy tự nhiên, dù cho anh ta có đưa vào đó ý muốn tốt đẹp thế nào đi nữa. Đó là lý do tại sao ta luôn luôn phải biết e ngại cho một tổ ấm quá cô lập và chỉ được nuôi dưỡng bằng tình yêu. Đó là những con thuyền quá nhẹ, quá bấp bênh giữa dòng nước, không có vật gì nặng để dẫn lại. Và sự thông thái nhờ tư duy cũng không thể làm được gì nhiều ở đây. Chính đời sống cộng đồng sẽ cứu vãn tình cảm.

14 tháng mười hai 1912

38. Buồn chán

Khi một người đàn ông không còn gì để xây dựng hay để phá hủy, anh ta thật là bất hạnh. Phụ nữ, tôi muốn nói đến những người bận khâu vá và chăm sóc trẻ con, chắc chắn không bao giờ hiểu tại sao đàn ông đi cà phê và đánh bài. Sống một mình và suy tư về mình, điều đó chẳng có nghĩa lý gì.

Trong tác phẩm *Wilhelm Meister* đáng ngưỡng mộ của Goethe, có một “Nghịệp đoàn Khước từ” mà những thành viên của nó không bao giờ được nghĩ tới tương lai hay quá khứ. Quy tắc này, nếu còn trong mức độ mà người ta có thể tuân theo, thì rất tốt. Nhưng, để người ta có thể tuân theo, cần có những bàn tay và những đôi mắt bận rộn. Nhìn và hành động, đó chính là những liều thuốc thật sự. Ngược lại, nếu người ta rỗi hơi, người ta sẽ rơi ngay vào sợ hãi và nuối tiếc. Suy nghĩ là một kiểu trò chơi không phải bao giờ cũng lành mạnh. Thường thì người ta cứ quay vòng vòng mà không tiến tới. Đó là lý do vì sao lean-lacques^[58] vĩ đại đã viết: “Con người nào suy tư là một con vật đòi bại.”

Nhu cầu kéo chúng ta ra khỏi sự rảnh rỗi, gần như lúc nào cũng thế. Hầu như tất cả chúng ta đều có một công việc để làm, và điều đó là rất tốt. Thứ chúng ta thiếu, đó là những công việc nho nhỏ cho chúng ta thanh thoi chút đỉnh sau khi làm xong những việc chính. Tôi thường ghen tị với phụ nữ, vì họ được đan áo và thêu thùa. Mất họ có một cái gì đó có thực để mà dõi theo; điều đó khiến những hình ảnh trong quá khứ và tương lai chỉ thoáng vụt qua. Còn đàn ông, vào những lúc tụ tập để đốt thời gian, lại không có gì để làm, và vo ve như lũ ruồi trong lọ.

Tôi cho rằng, nếu không phải bị bệnh, thì những giờ mất ngủ sở dĩ đáng ngại đến như vậy là vì lúc đó trí tưởng tượng quá tự do và không có một đối tượng có thực nào cho nó suy xét. Một người đàn ông đi ngủ lúc mười giờ, và từ lúc đó cho tới nửa đêm anh ta cứ trần trọc như một con cá chép cầu cứu thân Ngủ. Cũng con người đó, vào cùng giờ đó, nếu anh ta đang ngồi trong rạp hát, chắc anh ta sẽ quên mất sự tồn tại của mình.

Những suy nghĩ này giúp ta hiểu được việc những người giàu có lấp đầy cuộc đời họ bằng những chuyện đốt thời giờ khác nhau. Họ tự gánh lấy hàng nghìn nhiệm vụ và hàng nghìn công việc và chạy tất bật như cháy nhà. Họ lui tới thăm hỏi cả chục người mỗi ngày và đi hết buổi hòa nhạc này tới nhà hát khác. Những ai có máu phiêu lưu sẽ ném mình vào những cuộc đi săn, chiến tranh hay những chuyến du hành mạo hiểm. Những người khác ngồi trong xe hơi và nóng lòng chờ đợi cơ hội được mời nhù trên những chuyến bay. Họ cần những hành động mới và những tầm nhìn mới. Họ muốn sống ở trên đời chứ không phải sống trong chính họ. Như những con voi rừng mẩu ngấu nghiêng những cánh rừng, họ ngấu nghiêng thế giới bằng thị giác. Những người bình dị nhất chơi để nhận những cú đâm vào mũi và vào bụng; điều đó dẫn họ đến với những thứ có thật, và họ cảm thấy rất hạnh phúc. Những cuộc chiến trước hết có lẽ cũng là một liều thuốc chữa sự buồn chán; vì thế ta cũng có thể giải thích chuyện những người sẵn sàng chấp nhận chiến tranh nhất, nếu không muốn nói là những người muốn nó xảy ra nhất, thường là những người có nhiều thứ để mất nhất. Sợ chết là một suy nghĩ nhàn rỗi, sớm được xóa đi bởi một hành động cấp thiết, dù cho nó có nguy hiểm đến đâu. Trận chiến chắc chắn là một trong những hoàn cảnh mà ở đó người ta ít nghĩ đến cái chết nhất. Từ đó dẫn đến một nghịch lý như sau: càng lấp đầy đời mình bao nhiêu, người ta càng ít sợ đánh mất nó bấy nhiêu.

29 tháng một 1909

39. Tốc độ

Tôi đã thấy một trong những đầu tàu mới của Tây Âu, dài hơn, cao hơn, đơn giản hơn những đầu tàu khác, thêm vào đó là hệ thống bánh xe vận hành như những bánh xe đồng hồ, dường như không gây ra tiếng động nào. Người ta cảm thấy như thể tất cả các nỗ lực đều hữu ích và hướng đến một kết quả cuối cùng, khí hơi chắc chắn chưa phụt ra ngoài nếu chưa dồn vào piston toàn bộ năng lượng nhận được từ buồng khí đốt. Tôi mừng tượng ra sự khởi động êm ru, tốc độ được duy trì ổn định, lực đẩy đều đặn, và toàn bộ đoàn tàu lướt đi ở vận tốc hai cây số mỗi phút. Còn lại là khoang chở nhiên liệu khổng lồ cho thấy lượng than cần đốt lớn như thế nào.

Khoa học là vậy đó, có vô số dự án, vô số thử nghiệm, vô số việc phải hao tâm tốn sức. Tất cả để làm gì? Chẳng nhẽ chỉ để tiết kiệm mười lăm phút trong chặng đường từ Paris tới Le Havre. Rồi những hành khách hạnh phúc này, họ sẽ làm gì với mười lăm phút phải trả giá quá đắt này? Nhiều người sẽ dùng mười lăm phút này trên sân ga để chờ tàu, những người khác sẽ nán lại thêm mười lăm phút nữa trong quán cà phê và đọc tờ nhật báo tỉ mỉ đến từng mục quảng cáo. Đây là lợi ích? Lợi ích thuộc về ai?

Có điều lạ là những hành khách này hẳn sẽ bức bối lắm nếu tàu chạy chậm hơn. Họ sẽ lại bỏ ra mười lăm phút, trước khi khởi hành hay sau khi đến, để giải thích rằng tàu này chạy chậm hơn các tàu khác những mười lăm phút cho cùng một hành trình. Ai cũng mất ít nhất mười lăm phút mỗi ngày để cà kê trò chuyện như vậy, hoặc để chơi bài, hoặc để mơ mộng. Tại sao người ta lại không chịu tiêu chừng đó thời gian trong các khoang tàu chứ?

Không ở đâu lại dễ chịu như khi ở trong các khoang tàu, ý tôi muốn nói là trên những chuyến tàu nhanh. Ta ngồi thoải mái hơn, thoải mái hơn nhiều so với mọi chiếc ghế bành khác. Qua khoang cửa sổ rộng, ta thấy những dòng sông, thung lũng, núi đồi, làng mạc và đô thị lần lượt trôi qua; mắt dõi theo những con đường ven sườn đồi, nhìn những chiếc xe chạy trên đường, những con tàu đang trôi trên sông; cả một đất nước tươi đẹp hiện trình, lúc thì những cánh đồng ngũ cốc và lúa mạch đen, lúc thì những cánh đồng củ cải đường và một nhà máy tinh chế, rồi những rừng cây lớn, những thảm cỏ xanh, nào bò, nào ngựa. Các con đường hào để lộ ra những lớp đất đá. Vậy là có một album địa lý tuyệt vời mà bạn dễ dàng lật từng trang, cuốn album thay đổi mỗi ngày, theo mùa và theo thời tiết. Người ta thấy bão tố tụ về sau lưng đồi, những chiếc xe chở cỏ khô hồi hả đuổi theo dọc con đường, rồi vào một ngày khác, những người thợ gặt làm việc trong bụi rơm vàng ươm, không khí rung lên trong ánh nắng. Còn cảnh nào đẹp hơn thế?

Nhưng người hành khách lại đọc báo, ráng chăm chú vào những mảng họa tiết nghèo nàn, rút đồng hồ ra, rồi ngáp, mở vali rồi đóng lại. Vừa đến nơi, anh ta đã lập tức gọi xe và lao đi như có cháy nhà. Buổi tối, bạn sẽ thấy anh ta trong nhà hát, đang ngắm nghía cây cối trên những tấm bìa được sơn vẽ, những vụ gặt giả, một vách núi giả; những thợ gặt giả sẽ rống vào tai anh ta, còn anh ta vừa rung rung đầu gối đã mỗi nhừ vì cái hộp mà anh ta bị nhốt vào vừa nói những lời như sau: “Những người thợ gặt này hát sai nốt hết rồi, cũng may mà trang trí không tệ lắm”.

2 tháng bảy 1908

40. Canh bạc

Một người từng nói: “Tôi thấy ái ngại cho một kẻ sống độc thân mà không có nhu cầu hay lo toan nào vượt ra ngoài những phương tiện vật chất trong đời sống của anh ta, tôi thấy ái ngại cho anh ta ngay khi anh ta bị tuổi tác hay bệnh tật ghé thăm, bởi lúc ấy anh ta sẽ nghĩ rất nhiều về mình. Một người cha không thể nào trả hết nợ và luôn luôn lo lắng lại là người hạnh phúc hơn nhiều, bất chấp về bề ngoài của mình, vì anh ta đâu còn chút thời gian nào để mà nghĩ đến chuyện tiêu hóa của chính mình.” Đó là lý do mà bao giờ ta cũng nên mắc một khoản nợ nào đó, hay để tự an ủi mình nếu mình quả đang mắc nợ thật.

Khi khuyên mọi người tìm một cuộc sống thường thường bậc trung, bình bình và an toàn, người ta đã không nói đầy đủ với họ rằng họ phải thật khôn ngoan mới chịu đựng nổi cuộc sống đó. Nhìn chung, xem thường của cải và vinh dự là chuyện dễ; cái thật sự khó là: một khi người ta đã xem thường chúng, làm sao để không buồn chán. Người tham vọng luôn luôn theo đuổi cái gì đó, nơi anh ta tin là mình sẽ tìm ra được một niềm hạnh phúc hiếm hoi; nhưng hạnh phúc chính yếu nhất của anh ta là được bận rộn; và thậm chí khi thấy bất hạnh vì một nỗi thất vọng nào đó, anh ta vẫn cảm thấy hạnh phúc vì nỗi bất hạnh của mình. Đó là vì anh ta tìm thấy ở đó một phương thuốc, và phương thuốc thật sự chính là việc anh ta tìm thấy một phương thuốc. Sự cần thiết được phơi bày như một vùng đất rộng lớn, rõ như ban ngày, và nằm bên ngoài chúng ta luôn luôn giá trị hơn nhiều sự cần thiết bị thu hẹp lại mà chúng ta cảm thấy trong những khoảng trống rỗng của lòng mình.

Niềm đam mê bài bạc cho ta thấy như cầu phiêu lưu hoàn toàn trần trụi, không cần trang điểm, vì người chơi bạc không bao giờ được an toàn, và tôi tin chính điều này hấp dẫn anh ta. Cũng vậy, người chơi bạc thực thụ không thích những trò chơi mà sự chăm chú, thận trọng, khôn khéo có thể bù đắp cho may mắn.

Ngược lại, một trò như trò quay số^[59], trong đó người ta chỉ có thể chờ đợi và đùa với may rủi, lại kích động họ hơn rất nhiều. Theo một nghĩa nào đó thì đó là những thảm họa được mong chờ, bởi anh ta luôn tự nhủ: “Ván tiếp theo có thể làm mình sạch túi, nếu như mình thật sự muốn.” Chuyện này giống như tham gia một chuyến thám hiểm đầy nguy cơ, nhưng với một điều kiện là, khi nào muốn thì người ta sẽ được trở về nhà an toàn. Đây cũng chính là yếu tố giải thích cho sự cuốn hút của trò chơi may rủi này; bởi không có gì ép buộc người ta phải chơi, và người ta chỉ đánh cược khi họ muốn. Người ta thích thú với cái quyền năng đó.

Chiến tranh rõ ràng là mang yếu tố bài bạc. Chính sự buồn chán đã gây nên chiến tranh. Bằng chứng là, những kẻ ít việc làm nhất và ít lo lắng nhất lúc nào cũng là những kẻ hiếu chiến nhất. Nếu nắm được những nguyên nhân này, người ta sẽ ít xúc động hơn khi nghe những bài diễn văn hùng hồn. Người giàu có và nhàn rỗi có vẻ khá mạnh mẽ khi y nói: “Cuộc đời thật dễ dàng với tôi, nếu tôi lao vào những mất mát như vậy, nếu tôi thật sự muốn triệu những nguy cơ đáng sợ này, thì chắc chắn là do tôi đã thấy một lý do nào đó không thể cưỡng lại được hay một điều tất yếu nào đó.” Nhưng không. Đó chỉ là một kẻ đang buồn chán mà thôi. Vậy hẳn sẽ ít buồn chán hơn nếu phải lao động từ sáng tới tối. Như vậy việc phân bổ không đồng đều tài sản đáng ngại nhất là ở chỗ nó buộc một số đông những kẻ sung túc phải buồn chán; rồi bọn họ sẽ để cho những nỗi sợ hãi và những cơn giận dữ chiếm lấy mình. Và rồi những cảm xúc xa xỉ này sẽ trở thành gánh nặng ghê gớm nhất đè lên vai những người nghèo.

1 tháng mười một 1913

41. Hy vọng

Một đám hỏa hoạn làm tôi nghĩ đến Nữ thần Bảo Hiểm. Đó là một nữ thần không được yêu mến, hoàn toàn không giống như thần May Mắn. Người ta ngại Bà, người ta dâng cho Bà những đồ hiến tế nhỏ mọn, không kèm theo một chút nồng nhiệt nào. Điều đó cũng dễ hiểu thôi, lợi ích của bảo hiểm chỉ xuất hiện cùng với đau khổ. Tốt nhất là đừng có bị cháy nhà, nhưng cái điều tốt lành đó lẫn trốn trong từng phút giây nên người ta không cảm nhận được nó, cũng như việc có được tay chân lành lặn vậy. Nhìn vào loại hạnh phúc âm tính này, số tiền mà người ta phải trả để có nó tưởng như điên rồ. Tôi thấy chỉ có những công ty lớn mới trả những khoản tiền bảo hiểm mà không hề lấy làm buồn, như họ chi tiền cho tất cả mọi thứ khác mà thôi; nhưng tôi cũng thương cho những người lãnh đạo các doanh nghiệp lớn, những người còn không biết mình lỗ hay lãi cuối mỗi ngày; cái thú đích thực của họ hẳn chỉ còn là cái quyền được điều khiển cả binh đoàn dưới quyền.

Những ai có nhiều niềm tin và ít tài sản thì không thể thích bảo hiểm. Ai có thể tưởng tượng ra một lái buôn mua bảo hiểm cho mình khỏi bị rủi ro? Không còn gì dễ hơn nếu họ đem tất cả lợi nhuận bất thường làm của chung. Như vậy các doanh nghiệp liên kết sẽ cùng nhau thịnh vượng ở mức tầm tầm; những thương lái liên minh ấy sẽ giống như những viên chức, được bảo hiểm bằng một mức lương cố định và một khoản hưu trí, được đảm bảo sẽ có, nếu họ muốn, một bác sĩ, một bác sĩ phẫu thuật, một nhà tịnh dưỡng; được đảm bảo sẽ có một chuyến trăng mật và một loạt những chuyến du ngoạn khác. Đó cũng chính là sự khôn ngoan, rất đẹp khi nằm trong sách vở. Nhưng không được quên rằng, một khi đời sống vật chất được bảo đảm như vậy, theo nghĩa đầy đủ của từ này, toàn bộ hạnh phúc cần phải được xây dựng. Ai không có nguồn lực nào trong người sẽ bị con buồn chán rình rập và sớm bị nó tóm gọn.

Nữ thần Bài Bạc, mà người xưa gọi là nữ thần May Mắn mù quáng, rõ ràng được yêu mến hơn. Đây, những hy vọng lớn lao, và nỗi sợ duy nhất, nỗi sợ không chiến thắng, vốn chẳng là cái gì cả. Nếu ta tưởng tượng ra một văn phòng cho tất cả các loại bảo hiểm, chắc trên cửa phải có dòng chữ sau: “Trước khi vào, xin vui lòng bỏ lại tất cả niềm tin bên ngoài.” Trước cảnh này, các tay buôn hy vọng hoàn toàn có lợi thế. Điều này không chỉ đến từ tham vọng, cái tự mãn trong sâu thẳm chúng ta, mà đúng hơn là từ sự sáng tạo không mệt mỏi luôn luôn đi trước mọi hành động, vốn là ánh sáng và niềm vui trong mọi công việc.

Perrette đội xô sữa^[60] không thấy sự nghi ngại đâu mà ngược lại chỉ thấy toàn công việc. Bê, bò, lợn, máy ấp trứng là những công việc. Mỗi người, qua công việc hằng ngày của mình, lại khám phá ra những công việc mới mà mình muốn lao vào ngay. Niềm hy vọng đập đổ bức tường, nhìn ra rau quả và hoa trái thay vì cỏ dại và bụi rậm. Sự bảo đảm kìm hãm con người.

Sự đam mê cờ bạc rất đáng được xem xét, ở đó con người vật lộn với cái ngẫu nhiên trần trụi, một sự ngẫu nhiên được mong đợi và được tạo ra. Có một loại bảo hiểm miễn phí cho sự rủi ro trong cờ bạc đó là đừng chơi. Nhưng gần như tất cả những ai muốn giải khuây đều đâm đầu vào quân bài hay viên xúc xắc, say mê hai chị em song sinh không thể tách rời đó là niềm hy vọng và nỗi sợ hãi. Và có lẽ, con người tự hào vì chiến thắng nhờ may mắn nhiều hơn là vì chơi hay. Đó là những gì mà từ “chúc mừng” biểu đạt, bởi chúc mừng thực chất là ngợi ca thành công, chứ không phải ngợi ca tài năng. Ý nghĩ xưa về sự phò trợ của các vị thần sống lâu hơn chính các vị thần. Nếu con người không như vậy, sự công bằng hẳn đã ngự trị từ lâu, vì điều đó là không quá khó. Nhưng con người không thích những gì không khó. César^[61] cai trị bằng tham vọng của con người, đó là hy vọng của chúng ta được đội vòng nguyệt quế.

3 tháng mười 1921

42. Hành động

Tất cả các tay đua đều tự chuốc lấy đau đớn cho mình. Tất cả các cầu thủ chơi bóng đều chuốc lấy đau đớn cho mình. Tất cả các đấu thủ quyền anh đều tự chuốc lấy đau đớn cho mình. Khắp nơi người ta nói rằng con người đi tìm sự sung sướng, nhưng điều đó không phải là hiển nhiên, có vẻ như là họ đi tìm nỗi đau và yêu thích nỗi đau hơn. Lão già Diogène^[62] từng nói “Cái tốt nhất chính là nỗi đau.” Ta sẽ nói rằng người ta tìm thấy sự sung sướng trọn vẹn trong nỗi đau mà người ta tìm kiếm; nhưng đó chỉ là một cách chơi chữ; đúng ra phải nói, chính hạnh phúc chứ không phải sự sung sướng là cái mà người ta tìm kiếm; vì đó là hai khái niệm hoàn toàn khác nhau, khác nhau như nô lệ và tự do.

Người ta muốn hành động, người ta không muốn chịu đựng. Tất cả những ai tự chuốc lấy nhiều cực nhọc đến thế không thể nào lại đi thích một công việc khổ sai; chẳng ai thích công việc khổ sai cả; chẳng ai thích nổi khốn khổ từ trên trời giáng xuống đầu mình; chẳng ai muốn cái cảm giác bị buộc phải làm gì đó. Nhưng ngay khi tôi được tự do chuốc cực nhọc vào người mình thì tôi lại hài lòng. Tôi viết những đoạn văn này. “Đến là khổ”, một nhà văn nào đó sống nhờ ngòi bút sẽ nói vậy; chỉ có điều không ai ép tôi cả; và công việc mà người ta muốn làm này là một sự sung sướng, hay nói đúng hơn, là một điều hạnh phúc. Đấu thủ quyền Anh không thích những cú đấm nhằm vào anh ta; nhưng anh ta thích những cú đấm mà anh ta tự tìm đến. Không có gì dễ chịu bằng một chiến thắng nhọc nhằn, khi mà cuộc chiến phụ thuộc vào chúng ta. Trong sâu thẳm, người ta chỉ thích quyền lực. Thông qua những quái vật mà anh đã đi tìm và chinh phục, Hercule chứng minh với chính mình quyền lực của bản thân mình. Nhưng ngay khi yêu, anh ta cảm nhận được sự nô lệ vào chính mình và quyền lực của sự sung sướng; tất cả mọi người đều như vậy; và đó là lý do tại sao sung sướng lại làm người ta buồn.

Kẻ keo kiệt từ chối nhiều sự sung sướng, và anh ta tự cho mình một niềm hạnh phúc nồng nhiệt, trước hết vì đã chinh phục được ham muốn sung sướng, và sau đó là thu gom được quyền lực; nhưng anh ta lại nợ chính mình cái quyền lực đó. Kẻ nào giàu có nhờ thừa kế là một kẻ keo kiệt buồn, nếu y keo kiệt; bởi tất cả hạnh phúc chủ yếu là thi ca, và thi ca có nghĩa là hành động; người ta không thể nào thích nổi thứ hạnh phúc trên trời rớt xuống, người ta muốn tạo ra hạnh phúc đó. Đứa trẻ chê cười những khu vườn của chúng ta và nó tự làm ra khu vườn xinh đẹp của nó, với hàng đồng cát và vô số cọng cỏ. Bạn có tưởng tượng nổi một nhà sưu tập mà không đi sưu tầm không?

Tôi khá chắc chắn rằng thứ khiến cho người ta sung sướng trong chiến tranh là việc người ta đã gây ra nó. Có một sự tự do hiển nhiên nơi mỗi người ngay khi anh ta được vũ trang; và người ta hẳn sẽ cười vào mũi bộ tham mưu vốn muốn đẩy con người tới chỗ đánh nhau. Nhưng khi vừa cảm thấy sự tự do của mình, họ đã bước vào một cuộc sống mới và bén mùi ở đó. Sợ cái chết, luôn luôn phải như vậy, và chờ đợi nó, và cuối cùng là chịu đựng nó. Nhưng ai đã vượt qua được nó và nói một cách nào đó là thách đấu với nó, người đó sẽ thấy mình mạnh hơn nó. Tất cả mọi người biết rõ rằng, với những người lính, thì việc đi tìm cái chết còn dễ dàng hơn rất nhiều so với việc đợi nó đến; và người ta thích cái số phận mà người ta tự tạo lấy hơn là cái kết cục mà thời gian mang tới. Do vậy có sẵn tính thi ca trong chiến tranh, cái tính thi ca làm cho người ta không còn căm thù kẻ thù nữa. Chính cơn say tự do này cho phép hiểu được chiến tranh và tất cả các cảm xúc. Một đợt dịch hạch là cái từ trên trời rớt xuống, còn một cuộc chiến kiểu như được tạo ra, theo kiểu mẫu của các trò chơi. Đó là lý do tại sao với tôi, có vẻ như sự thận trọng không phải là một thứ đủ để bảo đảm hòa bình; chính tình yêu dành cho sự công lý khiến người ta yêu hòa bình, và chính vì công lý rất khó tạo ra, còn khó hơn là tạo một cây cầu hay một con kênh ngầm, chính vì lý do đó mà có hòa bình, và cũng chỉ vì lý do đó mà thôi.

3 tháng tư 1911

43. Con người hành động

Theo tôi, tay cảnh sát trưởng là người hạnh phúc nhất. Tại sao vậy? Vì anh ta luôn hành động, và luôn được đặt trong những tình huống mới, hoàn toàn không tiên liệu được; đôi khi phải chống lại lửa, đôi khi phải chống lại nước, đôi khi chống lại vụ sạt lở, đôi khi chống lại sự hủy hoại, chống bùn, chống bụi, bệnh tật, nghèo nàn, và cuối cùng là thường xuyên phải chống lại những con giân, và thỉnh thoảng là sự nhiệt tình. Vậy là, vào bất cứ phút giây nào trong đời, cái con người hạnh phúc này luôn phải đối mặt với một vấn đề rõ ràng, đòi hỏi phải có một hành động rõ ràng. Như vậy, không có những luật lệ chung nào, không giấy tờ lộn xộn, không đã kích hay an ủi dưới dạng báo cáo hành chính, anh ta để tất cả những thứ đó lại cho các nhân viên văn phòng. Anh ta là tri giác và hành động. Thế là, khi hai chiếc van tri giác và hành động này được mở, dòng sông cuộc đời cuốn trôi anh ta đi, nhẹ tựa lông hồng.

Đó là bí mật của trò cờ bạc. Chơi bài bridge là để cho cuộc đời trôi đi từ tri giác tới hành động. Chơi bóng đá còn tuyệt hơn nữa. Ngay khi nhận được một tín hiệu mới, không tiên liệu trước, phải tức tốc phác thảo ra hành động, và ngay lập tức thực hiện nó, những việc đó tha hồ lấp đầy cuộc đời của một con người. Vậy bạn còn mong muốn gì nữa? Bạn còn sợ gì nữa? Thời gian gặm nhấm niềm nuối tiếc. Người ta thường tự hỏi đời sống nội tâm của một tên trộm hay một tên cướp sẽ như thế nào. Tôi nghĩ là chẳng có đời sống nội tâm nào đâu mà hỏi. Hoặc đang rình rập, hoặc đang ngủ, luôn luôn. Toàn bộ năng lực tiên liệu của gã đang thám thính, trước đôi chân và đôi tay. Do đó nó không hề có chút ý niệm nào về sự trừng phạt, cũng như không có bất cứ ý niệm nào khác. Cái bộ máy mù lòa và câm điếc này rất đáng sợ. Nhưng ở bất cứ con người nào, hành động đều dập tắt ý thức; cái bạo lực bất chấp tất cả này cũng có trong nhát rìu của người đồn cũi; nó ít được cảm nhận hơn trong đôi chân của những chính khách, nhưng người ta có thể nhận thấy nó trong các hiệu ứng. Người ta hẳn sẽ ít ngạc nhiên hơn khi thấy một người cứng nhắc và vô cảm như chiếc rìu đồn cũi nếu người ta để ý thấy con người này cũng không hề rộng lượng với chính mình. Quyền lực không biết thương hại, không thương hại với cả bản thân mình.

Tại sao lại có chiến tranh? Vì đàn ông luôn chìm đắm trong hành động. Suy nghĩ của họ giống như những bóng đèn trong tàu điện giảm cường độ sáng lúc tàu khởi động, ý tôi muốn nói đến sự suy nghĩ cẩn thận. Từ đó có một quyền lực đáng ngại trong hành động, hành động tự biến theo kiểu của nó, vì nó làm tắt đi bóng đèn nội tâm. Nhờ nó mà một tập hợp những cảm xúc rẻ tiền đều bị tắt, tất cả những cảm xúc do suy tư nuôi dưỡng, như tính u sầu, chán đời, hay mảnh khỏe, đạo đức giả, hiềm thù, tình yêu lãng mạn, hay sự đòi hỏi tinh vi. Nhưng đồng thời, công lý cũng bị tắt trong dòng hành động. Viên cảnh sát chiến đấu chống lại bạo động với cách mà anh ta dùng để chống lại nước hay lửa. Kẻ gây bạo động cũng làm tắt ngọn đèn của hắn. Đem tàn bạo. Đó là lý do tại sao có những tay tra tấn đóng đinh trên đầu các ngón tay, và những quan tòa nhận lời thú tội. Đó là lý do tại sao có những tên tù khổ sai phải chèo thuyền, bị trói vào chỗ ngồi của y, hấp hối ở đó, chết ở đó, theo những mái chèo; và những người khác đánh đòn bằng roi vọt. Những ai quất roi chỉ nghĩ đến chiếc roi của họ. Bất kỳ trạng thái dã man nào cũng sẽ tồn tại dài lâu nếu nó được hình thành. Viên cảnh sát trưởng là người hạnh phúc nhất; tôi không nói anh ta là người hữu dụng nhất. Sự nhàn rỗi là mẹ của tất cả những gì xấu xa, nhưng cũng là mẹ của đức hạnh nữa.

21 tháng hai 1910

44. Diogène

Con người chỉ hạnh phúc trong ước muốn và sáng tạo. Chỉ cần nhìn những ván bài là thấy ngay. Theo những gì biểu hiện trên khuôn mặt thì rõ ràng là khi đó mỗi người đang thỏa thích chiêm ngưỡng cái quyền được suy tính và được quyết định của chính mình, luôn có những con bài César, và luôn có những nước cờ mạo hiểm như vượt qua dòng Rubicon^[63]. Thậm chí trong những trò may rủi, người chơi luôn có quyền quyết định rước lấy rủi ro hay không; lúc thì anh ta mạo hiểm, bắt chấp rủi ro, lúc thì anh ta rảnh nhin, dù cho có nhiều hy vọng đến mức nào đi nữa, anh ta tự tiết chế mình, tự cai trị mình. Ham muốn và sợ hãi, những thầy mo ưa quấy rầy trong những phi vụ thường ngày, bị loại khỏi vòng chiến đấu, vì tính bất khả dự đoán ở đây. Vậy thì trò chơi là niềm đam mê của những tâm hồn kiêu hãnh. Những ai cam phận giành chiến thắng nhờ ngoan ngoãn tuân lệnh sẽ không thể cảm nhận được niềm hoan lạc như khi chơi bài cào bacara, nhưng chỉ cần thử là họ sẽ được ném con say quyền lực, ít nhất là trong một khoảnh khắc ngắn ngủi.

Người ta thích một công việc khi người ta được phép tự quản, và sẽ không thích khi phải tuân lệnh. Người lái tàu điện không hạnh phúc bằng tài xế xe buýt. Cuộc đi săn tự do và cô độc mang lại những niềm hoan lạc mãnh liệt, vì thợ săn tự lên kế hoạch, tiến hành theo kế hoạch đó hay thay đổi nó, không cần phải báo cáo hay giải thích lý do. So với nó, cái khoái cảm giết chóc con mồi bị đàn chó săn xua đến là nhỏ, nhưng một tay súng thiện nghệ còn được tận hưởng cái quyền chế ngự cảm xúc và sự ngạc nhiên nữa. Như vậy những ai nói rằng con người đi tìm hoan lạc và chạy trốn khó khăn đã lầm. Con người buồn chán với hoan lạc thụ nhận, và thích thú với những hoan lạc phải được chinh phục hơn rất nhiều, nhưng cái anh ta thích trên hết là hành động và chinh phục, anh ta không thích đau đớn hay chịu đựng, do đó anh ta lựa chọn khó khăn trong hành động hơn là hoan lạc mà không có hành động. Diogène, người thích nghịch lý, nói rằng chính khổ đau mới tốt; ý ông muốn nói tới cái khổ đau được lựa chọn và mong muốn; còn cái khổ đau phải chịu đựng thì chẳng ai muốn cả.

Người leo núi xây dựng quyền lực của mình và chứng minh điều đó với chính mình, anh ta cảm nhận nó và nghĩ về nó cùng một lúc, cái niềm vui cao quý này làm sáng cả một khung cảnh ngập tuyết. Nhưng ai được một chiếc tàu điện chờ tới đỉnh vinh quang không thể tìm thấy một mặt trời nào như vậy. Đó là lý do tại sao đúng là những viễn cảnh hoan lạc lừa phỉnh chúng ta, nhưng chúng lừa phỉnh chúng ta theo hai cách; cái hoan lạc thụ nhận không bao giờ mang lại cho ta những gì nó đã hứa hẹn, trong khi cái hoan lạc hành động thì ngược lại, luôn trả nhiều hơn những gì nó hứa. Vận động viên điền kinh tập luyện với mục đích là chinh phục phần thưởng; nhưng ngay sau đó, bằng sự tiến bộ và những khó khăn đã vượt qua, anh ta chinh phục được một phần thưởng khác, một phần thưởng nằm trong chính anh ta và do chính anh ta quyết định. Và đó là những gì mà một kẻ lười nhác không thể nào tưởng tượng nổi, bởi y chỉ thấy cái khổ nhọc và phần thưởng đầu tiên, y cân đo đong đếm mà không quyết định, trong khi anh chàng vận động viên thì đã đứng dậy và bắt tay vào việc rồi, bị bài tập luyện của ngày hôm trước thúc giục, và nhanh chóng tận hưởng ý chí và quyền năng của chính mình. Kiểu như chỉ có lao động mới thật dễ chịu; nhưng kẻ lười không biết điều đó và không thể biết; mà nếu biết, bằng cách nghe đồn hay nhờ trí nhớ, y cũng không thể tin vào điều đó được; đó là lý do vì sao những suy tính hoan lạc luôn lừa phỉnh ta, và con buồn chán sẽ kéo đến. Khi một con vật đang suy tư đã đâm ra buồn chán, thì con tức giận cũng không còn bao xa. Con buồn chán của kẻ nông nô, với tôi, luôn luôn ít cay nghiệt hơn con buồn chán của kẻ chủ nô; bởi, dù cho hành động có đơn điệu đến đâu đi nữa, nó vẫn cần phải được quản lý và sáng tạo một chút; trong khi những kẻ nhận hoan lạc được dọn sẵn thì cố hữu là độc ác hơn. Do đó người giàu cai quản bằng tính khí và nỗi buồn, còn sự yếu đuối của người lao động xuất phát từ việc anh ta cảm thấy hài lòng nhiều hơn là cái anh ta muốn. Và anh ta làm ra vẻ độc ác.

24 tháng mười một 1922

45. Kẻ ích kỷ

Như Auguste Comte^[64] đã lưu ý, một trong những sai lầm của các tôn giáo Tây phương là dạy chúng ta rằng con người ích kỷ vô phương cứu chữa, trừ khi được thần thánh cứu rỗi. Ý nghĩ này đã đầu độc mọi thứ, kể cả sự cống hiến^[65], đến mức mà, trong số những ý nghĩ bình dân nhất, cũng như trong những tinh thần tự do nhất, ta sẽ nhận thấy một ý kiến lạ lùng cho rằng kẻ tận hiến vẫn còn đi tìm cho mình sự sung sướng. “Kẻ thì thích chiến tranh, kẻ thì đòi công bằng, còn tôi thì thích rượu.” Chính kẻ vô thần cũng là một nhà thần học, cuộc nổi dậy đáp trả sự si nhục, tất cả đều cùng một giuộc với nhau mà thôi.

Trong thực tế, người ta chắc phải thấy rằng con người nói chung thích hành động hơn là khoái lạc, như thường thấy ở các trò chơi của thanh niên. Một trận bóng có gì khác ngoài xô đẩy, đấm đá, và cuối cùng để lại những vết thâm tím và bông băng quấn đầy trên cơ thể? Nhưng tất cả những điều đó đem lại sự khao khát cháy bỏng; tất cả những điều đó được ghi vào ký ức; chỉ nghĩ tới chuyện đó thôi người ta đã cảm thấy xúc động, chân rục rịch như muốn chạy. Và người ta yêu sự hào hiệp, đến độ xem thường những cú đấm đá, đau đớn và mệt mỏi. Chúng ta chắc cũng nên nói tới chiến tranh, một trò chơi đáng ngưỡng mộ mà trong đó ta thấy lòng hào hiệp nhiều hơn là sự tàn bạo, bởi cái thật sự tệ hại trong chiến tranh, đó là sự nô lệ chuẩn bị cho chiến tranh và sự nô lệ sau khi chiến tranh kết thúc. Nói cho cùng, sự hỗn loạn của chiến tranh nằm ở chỗ những người tốt nhất thì bị giết, còn những kẻ khôn khéo tìm được thời cơ nắm quyền chống lại công lý. Nhưng phán đoán bản năng lạc lối tại đây vì những người tốt tính như Déroutède^[66] thậm chí còn khoái bị mắc lừa nữa.

Tất cả những điều đó rất đáng để nghĩ tới. Người ích kỷ thường chế giễu một cách vô ích, vì anh ta muốn cảm khái phải nhường đường cho cân nhắc giữa thỏa mãn và khổ đau. “Các người thật là những kẻ đại khờ, bởi những kẻ yêu thích vinh quang, hơn nữa lại là vinh quang của người khác!” Và Pascal, thiên tài thiên chúa giáo, đã viết lời này, một lời chỉ có vẻ sâu sắc bề ngoài: “Chúng ta vui vẻ chịu đánh mất cuộc đời, miễn là người ta nói về cuộc đời ấy.” Đó cũng chính là người đã giễu cợt kẻ đi săn tốn quá nhiều công sức để bắt cho bằng được một con thỏ, trong khi anh ta chẳng thích thú gì nếu người ta đem cho anh con thỏ đó. Định kiến thần học phải đủ mạnh để con người không thấy được việc họ thích hành động hơn là khoái lạc, thích hành động quy củ và có kỷ luật hơn mọi hành động khác, và thích hành động vì công lý hơn tất cả. Từ đó mới nảy sinh một khoái cảm lớn lao, hẳn là thế; nhưng sẽ là sai lầm nếu tin rằng hành động cần đến khoái cảm; bởi khoái cảm đồng hành cùng hành động. Những khoái cảm của mê say làm quên đi sự say mê khoái cảm. Đó chính là tổ chất của người con của đất thịt, của vị thần biết luyện chó và luyện ngựa.

Người ích kỷ, ngược lại, không đi đến đích do đánh giá sai lầm. Anh ta chỉ muốn động tay vào nếu thấy mình sẽ đạt được một khoái cảm nào đó, nhưng trong phép tính này, những khoái cảm đích thực luôn luôn bị lãng quên, bởi những khoái cảm đích thực trước hết luôn luôn muốn khổ đau; đó là lý do tại sao, trong những tính toán thận trọng, đớn đau luôn giành chiến thắng, nỗi sợ mạnh hơn niềm hy vọng và rốt cuộc người ích kỷ coi bệnh hoạn, tuổi già, cái chết là những gì không thể tránh khỏi. Và nỗi tuyệt vọng của anh ta cho tôi thấy rằng anh ta đã hiểu sai về chính con người mình.

5 tháng hai 1913

46. Nhà vua cảm thấy buồn

Sẽ tốt thôi nếu ta sống khổ một chút và không đi theo một con đường quá bằng phẳng. Tôi thấy ái ngại cho những ông vua không có gì để làm ngoài việc nằm đó mà ước muốn, và cho những vị thần, nếu quả thật là có thần thánh, chắc họ đều khá trầm cảm. Người ta nói, hồi trước họ mang hình hài những người du hành và đi khát thực, chắc chắn họ thấy một chút hạnh phúc khi cảm thấy đói, khát và đam mê tình ái. Chỉ có điều, ngay khi chớm nghĩ đến quyền lực của mình, họ đã tự nhủ tất cả những điều đó chỉ là trò vớ vẩn, và rằng họ có thể triệt tiêu những ham muốn của mình nếu muốn, bằng cách loại bỏ thời gian và khoảng cách. Xét cho cùng là họ buồn chán; chắc họ đã treo cổ tự tử hoặc chết đuối từ dạo ấy; hoặc họ ngủ như cô công chúa ngủ trong rừng. Hạnh phúc chắc chắn phải đến từ một nỗi lo âu nào đó, một niềm đam mê nào đó, một nỗi đau nào đó làm cho ta cảm nhận được chính mình.

Cũng bình thường thôi khi người ta hạnh phúc nhờ ảo tưởng hơn là nhờ những tài sản có thật. Điều đó là do, khi người ta có được những điều tốt đẹp thật sự trong tay, người ta tin rằng tất cả đã xong và người ta ngồi xuống thay vì chạy tiếp. Có hai loại tài sản: loại để cho người ta ngồi buồn bã; và loại làm người ta hài lòng chính là loại muốn có thêm nhiều dự án và công việc mới; như với một anh nông dân, tài sản đó là cánh đồng anh ta đang thêm muốn và là cánh đồng mà cuối cùng anh ta sẽ làm chủ; bởi chính sức mạnh làm người ta vui, không phải là sức mạnh nghỉ ngơi, mà là sức mạnh đang hoạt tác. Kẻ không làm gì thì chẳng yêu cái gì hết. Chúng ta hãy mang đến cho anh ta những bữa ăn hạnh phúc đã hoàn bị, anh ta sẽ quay mặt đi như một người bệnh. Và chẳng, ai mà không thích chơi nhạc hơn là nghe nhạc? Cái khó là cái được yêu thích. Vậy nên, cứ mỗi khi có một chướng ngại trên đường, điều đó lại làm ta sôi máu, nóng gan. Còn ai thêm vòng nguyệt quế nếu người ta đạt được nó quá dễ dàng? Chắc không có ai. Còn ai muốn chơi bài bạc đỏ đen nếu không bao giờ phải đối mặt với rủi ro, thất bại? Đây, một ông vua già chơi với lũ nịnh thần; hễ ông ta thua, ông ta nổi đóa, và lũ nịnh thần đều biết như vậy; từ lúc lũ nịnh thần học được cách chơi, ông ta không bao giờ thua nữa. Lúc đó hãy xem ông ta đâm chán trò bài bạc như thế nào. Ông ta đứng dậy, leo lên ngựa; ông ta đi săn; nhưng đó là một cuộc đi săn của nhà vua, lũ thú săn quần ngay dưới chân ông ta; con hoẵng con hươu cũng trở thành kẻ nịnh thần.

Tôi từng biết nhiều ông vua lắm. Đó là những ông vua bé, trị vì những vương quốc bé; những ông vua trong gia đình, được yêu thương lắm, được ngọt ngào xưng tụng lắm, được nuông chiều lắm, được phục vụ kỹ đến từng cọng lông chân. Họ chẳng còn thời gian mà ước vọng nữa. Đã có những đôi mắt chăm chú đọc từng ý nghĩ của họ. Vậy mà ô kìa, những vị chúa bé nhỏ này vẫn muốn phóng lưới kiểm soát đi^[67]; họ tự tạo ra những chướng ngại vật; họ bịa ra những ước muốn thất thường, thay đổi như mặt trời tháng Giêng^[68], muốn được ước muốn bằng mọi giá, và rơi từ trạng thái buồn chán tới chỗ ngông cuồng. Cầu cho những vị thần, nếu không chết vì buồn chán, đừng cho bạn cai quản một hoàng tộc chán phèo nào, cầu cho họ sẽ đẩy bạn trào dềo lội xuôi, cầu cho họ tặng bạn những kẻ đồng hành như kiểu con lừa loại tốt vùng Andalousie^[69], với đôi mắt sâu như hai cái giếng, trán như cái đe, và đột ngột dừng bước chỉ vì nhìn thấy bóng đôi tai của nó trên đường.

22 tháng một 1908

47. Aristote

Làm việc, chứ không phải chịu đựng, mới là cơ sở để được dễ chịu. Nhưng vì kẹo có thể mang đến một niềm sáng khoái nho nhỏ mà người ta chỉ việc ngậm cho tan dần, không cần làm gì khác, nên nhiều người muốn nhấm nháp niềm hạnh phúc theo cách này, và họ đã nhấm. Người ta ít khi thấy sáng khoái với âm nhạc nếu họ chỉ dừng lại ở việc nghe mà không hát lên, điều này làm một người tài giỏi nói rằng anh ta hưởng thụ âm nhạc bằng cổ họng, chứ không phải bằng đôi tai. Ngay cả niềm sáng khoái từ những bức họa đẹp cũng là niềm sáng khoái của việc nghỉ ngơi, và không thể nào đủ sức thỏa mãn nếu người ta không chính tay vẽ nguệch ngoạc, hoặc không đi sưu tầm; không chỉ là đánh giá mà còn là tìm kiếm và chinh phục. Người ta đi xem kịch và buồn chán hơn mức người ta muốn thổ lộ; cần phải sáng tạo, hoặc ít nhất là được đóng vai, đó vẫn còn là sáng tạo. Ai cũng nhớ những hài kịch về đời sống, nơi những diễn viên có được sự thỏa mãn hoàn toàn. Tôi còn nhớ những tuần lễ hạnh phúc đó khi tôi chỉ nghĩ tới một vở kịch rồi; nhưng phải nói rằng kẻ cho vay nặng lãi, anh quân nhân, cô gái nhẹ dạ và bà già, tôi đã gọt đẽo nên họ từ chỗ không có gì, bằng chính con dao của mình; những người khác mặc đồ cho họ; tôi không biết gì từ phía khán giả; chuyện bình phẩm để mặc họ, đó chỉ là niềm vui nho nhỏ, nhưng cũng là niềm vui vì một chút sáng tạo mà họ đã làm. Những người chơi bài thường liên tục sáng tạo và điều chỉnh chuỗi các nước cờ. Đừng hỏi một người không biết chơi bài là anh ta có thích chơi bài hay không. Chính trị không còn buồn chán ngay khi người ta bắt đầu biết chơi; nhưng cần phải học chơi đã. Điều đó đúng với mọi thứ; phải học cách sống hạnh phúc.

Người ta nói rằng hạnh phúc luôn chạy trốn chúng ta. Điều đó đúng với những niềm hạnh phúc được ban tặng, vì chẳng có hạnh phúc nào được ban tặng hết. Nhưng hạnh phúc mà chúng ta tự tạo ra thì không làm chúng ta thất vọng. Đó là chuyện học, và người ta lúc nào cũng học. Càng biết nhiều thì người ta càng có thể học nhiều. Từ đó mà có cái khoái cảm trở thành nhà thông thái, một thứ khoái cảm chẳng có điểm dừng, mà còn tăng lên mỗi ngày. Cái khoái cảm trở thành nhạc sĩ cũng vậy. Và Aristote đã nói ra điều kinh ngạc này, rằng nhạc sĩ thực thụ là kẻ thỏa mãn với âm nhạc, và chính trị gia thực sự là chính trị gia cảm thấy thỏa mãn với chính trị. “Những khoái cảm”, ông nói, “là dấu hiệu của sức mạnh.” Lời nói này vang vọng lại với sự hoàn hảo của ngôn từ, sự hoàn hảo đã mang chúng ta vượt khỏi học thuyết cứng nhắc; và nếu chúng ta muốn hiểu kẻ thiên tài xuất chúng này, kẻ nhiều lần bị chối bỏ nhưng đều không thành này, chúng ta phải nhìn ngay tại đây. Dấu hiệu của tiến bộ thực sự trong tất cả các hành động là niềm khoái cảm mà người ta biết nhận được từ hành động đó. Do đó, người ta thấy rằng lao động là điều thú vị duy nhất, và chỉ như vậy là đủ. Tôi muốn nói tới lao động tự do, cái vừa là hệ quả của sức mạnh vừa là ngọn nguồn của sức mạnh. Một lần nữa, đừng chịu đựng mà hãy hành động.

Ai cũng từng thấy những người thợ xây mãi miết dựng nên một căn nhà nhỏ. Phải xem cách họ lựa từng viên đá. Niềm vui thú này có ở mọi nghề, vì người công nhân luôn sáng tạo và học hỏi. Thế nhưng, cái hoàn hảo mang tính máy móc không chỉ mang lại nỗi buồn chán, mà còn mang lại cả một đồng bọn bề khi người công nhân không hòa mình vào công việc, và luôn luôn bắt đầu đi bắt đầu lại, không sở hữu những gì anh ta đã làm, thậm chí không dùng nó để mà học hỏi nữa. Ngược lại, các công việc liên mạch, việc này dẫn đến việc khác, là những thứ tạo nên niềm hạnh phúc cho người nông dân, tôi muốn nói tới người nông dân tự do và được làm chủ. Xưa nay ai ai cũng um sùm chống lại những niềm hạnh phúc vốn tốn quá nhiều công sức này, và cũng chỉ vì cái ý tưởng tai hại rằng người ta có thể tận hưởng niềm hạnh phúc được ban tặng. Bởi vì, mệt nhọc là tốt, như Diogène hình như từng nói, nhưng đầu óc không bằng lòng chấp nhận sự mâu thuẫn này. Nó sẽ phải vượt qua sự mâu thuẫn này và phải, thêm một lần nữa, tìm ra sự hứng khởi khi tư duy về chính nỗi cực nhọc đó.

15 tháng chín 1924

48. Những người nông dân hạnh phúc

Lao động là điều tốt nhất và cũng là điều tệ nhất; tốt nhất nếu nó được tự do, tệ nhất nếu phải làm nô lệ. Tôi gọi một lao động là tự do theo nghĩa đen nếu nó được điều chỉnh bởi chính người lao động, theo chính sự hiểu biết và kinh nghiệm của anh ta, như một người thợ mộc đóng một cánh cửa. Nhưng sẽ có sự khác biệt nếu đó là cánh cửa mà anh ta làm cho chính anh ta sử dụng, bởi về sau, đó sẽ là một kinh nghiệm; anh ta sẽ có thể thấy được nước gỗ ra sao qua thử thách, anh ta sẽ thích thú khi thấy một đường nứt mà anh ta đã dự đoán từ trước. Không bao giờ được quên cái chức năng trí tuệ này, cái sẽ tạo ra những đam mê nếu nó không làm ra cánh cửa. Một người sẽ hạnh phúc khi anh ta được tận mắt kiểm lại những dấu vết của công việc mình đã làm và tiếp tục với chúng, không có người thầy nào khác ngoài chính món đồ, và những bài học luôn luôn được tiếp thu. Còn tốt hơn nữa nếu người ta đóng một con tàu mà người ta sẽ đi trên đó; có một sự ghi nhận ở mỗi thanh sắt được đóng, và những chăm chút tỉ mỉ nhất sẽ lộ ra. Thỉnh thoảng người ta thấy những người công nhân từng bước một tự xây nhà cho mình ở ngoại ô, từ những vật liệu mà họ kiếm được theo ý thích của mình; một cung điện cũng không thể mang lại hạnh phúc như vậy; tuy nhiên cái hạnh phúc thật sự của hoàng tử là được ra lệnh cho người ta xây theo ý mình; nhưng hạnh phúc hơn hết là những ai được cảm nhận dấu vết từng nhát búa của mình trên chính then cửa nhà mình. Vậy là, chính cơn cực nhọc lúc đó lại làm nên khoái cảm; và ai cũng yêu thích một công việc khó khăn, trong đó anh ta được thoải mái sáng tạo và nhầm lẫn, hơn là một công việc nhẹ nhàng tuân theo các mệnh lệnh. Công việc tệ hại nhất là công việc bị ông chủ đến gây rắc rối hay làm gián đoạn. Sinh linh bất hạnh nhất trên đời là sinh linh bị sai vặt, khi nó đang mài dao mà bắt nó đi lau nhà; nhưng những sinh linh mạnh mẽ nhất trong số đó sẽ giành được sự tự chủ trong công việc của mình, và từ đó tự tạo ra hạnh phúc cho mình.

Làm nông, do đó, là công việc dễ chịu nhất, một khi người ta được cày cấy trên chính cánh đồng của mình. Mong tưởng đi từ công việc đến kết quả, từ công việc mới bắt đầu cho đến công việc đang tiếp diễn; lợi tức không hề hiển hiện, cũng như không được cảm nhận như chính mảnh đất đang ngày một được tô điểm bởi dấu ấn con người. Kéo xe thông thả qua con đường mà mình đã rải sỏi là một niềm khoái cảm lớn lao. Và người ta còn có thể bỏ qua bao nhiêu là lợi tức nếu được bảo đảm rằng họ sẽ được lao động trên cùng một sườn đồi. Đó là lý do tại sao nông nô gắn bó với một mảnh đất thì ít bị nô lệ hơn những kẻ khác. Phận tôi tớ có thể chịu đựng được khi kẻ tôi tớ có quyền trong chính công việc của họ và có công việc ổn định. Nếu tuân theo những luật này thì người chủ sẽ dễ dàng được phục vụ tốt và thậm chí còn sống nhờ vào sức lao động của kẻ khác. Chỉ có điều ông chủ sẽ đâm buồn chán, từ đó sinh ra cờ bạc và những cô hát ả đào. Cơn buồn chán và những cơn điên của nó luôn là lý do khiến cho trật tự xã hội bị xáo trộn.

Con người ngày nay không khác mấy so với những người Goth, người Franc, người Alaman^[70], và những đám cướp đáng sợ khác. Điểm giống nhau là họ không hề buồn chán. Họ không buồn chán nếu họ cứ làm việc từ sáng đến tối theo đúng ý chí của họ. Do đó, việc nông nặng nhọc sẽ biến những bức xúc của kẻ buồn rầu thành những cử động máy móc. Nhưng phải thừa nhận rằng công nghiệp chế tạo hàng loạt không có cái khả năng ấy. Phải nối kết nông nghiệp và công nghiệp như người ta cho cây nho leo lên cây du. Tất cả các xí nghiệp đều sẽ nằm ở miền quê; mỗi công nhân của nhà máy sẽ sở hữu một tài sản dưới ánh mặt trời và tự mình cày cấy. Cái xứ sở Salente^[71] mới này sẽ cân bằng tinh thần chộn rộn bằng tinh thần điềm tĩnh. Chẳng lẽ chúng ta không thấy một thử nghiệm của dạng mô hình này trong khu vườn nhỏ bé của người thợ bẻ ghi hỏa xa, nơi hoa trở dọc bên đường sắt, cứng cỏi như những túm cỏ mọc chen giữa những viên đá lát đường hay sao?

28 tháng tám 1922

49. Các loại công việc

Trong tập *Souvenirs de la maison des morts* (tạm dịch là *Ký ức về ngôi nhà của những người đã chết*), Dostoyevsky cho chúng ta chiêm ngưỡng những người tù khổ sai một cách tự nhiên, tất cả những thứ đạo đức giả sang trọng, có thể gọi như thế, đã bị loại bỏ; và dù cho vẫn còn những thứ đạo đức giả theo như cầu, cái căn bản của con người đôi khi vẫn xuất hiện.

Những người tù khổ sai bị bắt phải lao động, và thường lao động của họ khá là vô ích; chẳng hạn, họ phá một chiếc tàu cũ để làm củi, trong một xứ sở mà gỗ chẳng đáng giá một xu. Họ biết rõ điều đó, do đó chừng nào mà họ còn làm việc từ sáng đến tối, không chút hy vọng, thì họ còn lười, buồn chán và vụng về. Nhưng nếu người ta giao cho họ một nhiệm vụ trong ngày, một nhiệm vụ nặng nề và khó khăn, ngay lập tức họ sẽ trở nên khéo léo, tinh thông và vui vẻ. Nếu đó là một công việc thực sự hữu ích, như dọn tuyết chẳng hạn, thì họ lại càng vui vẻ hơn nữa. Nhưng bạn phải đọc những trang sách kinh ngạc đó để xem những đoạn mô tả chính xác mà không thể bình luận gì thêm. Qua đó người ta thấy rằng làm một công việc hữu ích, chính bản thân nó đã là một niềm khoái cảm rồi, niềm khoái cảm rút ra từ chính bản thân nó chứ không phải từ những lợi tức. Ví dụ, họ phấn khởi khi được thực hiện một công việc cụ thể, để sau đó họ có thể nghỉ ngơi; ý tưởng rằng họ có thể sẽ có thêm một nửa giờ nghỉ vào cuối ngày khiến họ phấn chấn làm việc và tất cả mọi người đều đồng ý làm thật nhanh; nhưng một khi vấn đề đã được đặt ra, chính vấn đề đó làm họ hài lòng; và cái khoái cảm được sáng tạo, được thực hiện, được mong muốn và sau đó là được làm quan trọng hơn rất nhiều so với cái khoái cảm của nửa giờ họ hứa sẽ tự thưởng cho mình, cái cuối cùng cũng chỉ là nửa giờ ở trong tù. Và tôi có thể hình dung ra rằng, nếu nửa giờ đó có tạm chấp nhận được đi nữa thì cũng chỉ nhờ vào những kỉ niệm nóng hổi về công việc đầy hưng phấn ban nãy. Cái khoái cảm lớn nhất của con người chắc chắn nằm trong một công việc khó khăn với sự hợp tác tự nguyện, giống như ta thường thấy trong những trò chơi.

Có những nhà giáo huấn sẽ làm cho trẻ con lười nhác cả đời, đơn giản vì họ muốn chúng lúc nào cũng phải bận rộn; đứa trẻ như vậy sẽ quen làm việc lè mề, nghĩa là làm việc kém, dẫn đến một dạng mệt mỏi nặng nề, tiếp tục được trộn vào trong công việc; trong khi nếu chúng ta tách lao động và mệt mỏi ra khỏi nhau, cả hai đều sẽ dễ chịu. Những công việc uể oải giống như những cuộc bách bộ mà người ta thực hiện chậm chạp để bước đi và hít thở không khí. Người ta mệt mỏi suốt cuộc dạo bộ đó; nhưng chẳng còn mệt nữa khi về đến nhà. Ngược lại, trong công việc nặng nhọc nhất, người ta lại cảm thấy không mệt mỏi và nhẹ nhàng; sau đó người ta có thể tận hưởng sự nghỉ ngơi hoàn toàn và cuối cùng là một giấc ngủ ngon.

6 tháng mười một 1911

50. Công việc

Một việc đã được bắt đầu nói lên nhiều điều hơn so với động cơ. Có những động cơ thúc đẩy ta hợp tác với người khác, những động cơ khá mạnh mẽ; dù vậy, ta có thể làm rõ chúng và xoay đi xoay lại với những toan tính suốt cuộc đời mà vẫn không hợp tác. Nhưng trong sự hợp tác đang tiến triển, ta nhớ tới người đặt nền tảng; và viên gạch đã được nung, trong mọi việc, là lý do đủ để ta tiếp tục xây dựng. Do đó thật hạnh phúc cho những ai nhìn thấy trong những việc làm được ngày hôm qua dấu hiệu ý chí của bản thân mình.

Người ta nói rằng con người luôn nhắm tới một cái gì đó tốt đẹp, nhưng tôi lại thấy họ tỏ ra lười nhác ngay trước một kết cục tốt đẹp. Trí tưởng tượng của họ không đủ mạnh để làm cho họ thích thú với một tác phẩm còn chưa ra đời. Đó là lý do tại sao có vô số việc trước mắt chúng ta, chúng ta cho là tốt, nhưng lại không bắt tay vào làm. Trí tưởng tượng lừa chúng ta theo nhiều cách, nhưng chủ yếu là vì chúng ta tin rằng nó có khả năng báo hiệu bằng sự chộn rộn hiện thời, cái mà chúng ta cảm nhận được, nhưng sự chộn rộn vô ích này tự nó sẽ kết thúc, sự chộn rộn luôn nằm ở hiện tại trong khi dự án luôn nằm ở tương lai. Vì thế kẻ lười biếng nói: “Tôi sẽ làm”; trong khi người ta phải nói: “Tôi làm”; bởi vì hành động thái ngهنghen tương lai. Tương lai không dự báo được, cũng như ở trong các công việc; bởi vì cái tương lai mà công việc sẽ mang đến cho ta không bao giờ giống cái tương lai mà ta đã nghĩ đến, nó luôn tươi đẹp hơn, nhưng không có ai tin vào điều đó. Những kẻ mơ mộng hão sẽ lặp đi lặp lại rằng dự định của họ đẹp hơn tác phẩm của những người khác nhiều.

Tuy nhiên hãy nhìn những con người bận rộn và hạnh phúc, tất cả bọn họ chạy theo một công việc đã khởi công, đó là một cửa tiệm ăn nên làm ra, hoặc là một bộ sưu tập tem. Mỗi người đều biết không có công việc nào là phù phiếm khi nó đang được thực hiện. Tôi thấy tất cả bọn họ đều chán mộng tưởng và ham những viên gạch mình đã nung. Một tấm vải thêu ở những mũi kim đầu tiên không hề làm người ta thích thú, nhưng càng thêu thì nó càng kích thích cái ham muốn của chúng ta với sức mạnh ngày càng tăng. Đó là lý do tại sao lòng tin là cái đức hạnh đầu tiên, và kỳ vọng chỉ đến sau đó, bởi vì, cần phải bắt đầu từ chỗ không có chút kỳ vọng nào, rồi kỳ vọng mới có được nhờ công việc tiến triển và tiến bộ. Những dự án thực thụ chỉ mọc lên từ công việc. Tôi không tin rằng Michel-Ange bắt đầu vẽ vì ông ta có tất cả những khuôn mặt ấy trong đầu, bởi khi cần, ông ta chỉ nói mấy lời sau đây: “Nhưng đó không phải là nghề của tôi.” Chỉ có điều là ông ta bắt đầu vẽ, và khi đó những khuôn mặt mới bắt đầu hiện ra. Vẽ, như tôi nghĩ, là khám phá ra những gì mình đang làm.

Người ta hay nói rằng hạnh phúc chạy trốn chúng ta như một cái bóng, và đúng là chúng ta không thể tưởng tượng được hạnh phúc. Hạnh phúc khi làm ra một cái gì đó không phải là hạnh phúc tưởng tượng, và có muốn tưởng tượng cũng không được. Nó không bao giờ chỉ đơn thuần là vật chất, chúng ta không thể nào hình dung ra nó được. Các nhà văn biết rằng không có chủ đề nào là hay hơn các chủ đề khác, tôi thậm chí còn muốn bổ sung thêm, tôi nói rằng cần phải cảnh giác với những chủ đề hay, cần tới gần nó và đối diện với nó, để thu nhỏ cái bóng ma của nó, tức là, đặt kỳ vọng xuống và nâng lòng tin lên. Phá bỏ, để mà làm lại. Và chắc chắn nhờ đó mà người ta hiểu được sự khác biệt lạ kỳ giữa tiểu thuyết và cuộc phiêu lưu trong đời thực mà nó dựa vào. Hỡi các họa sĩ, đừng mất thời gian ngắm nhìn nụ cười của người mẫu nữa.

26 tháng mười một 1922

51. Nhìn ra xa

Với một người u sầu, tôi chỉ có một điều để nói: “Hãy nhìn ra xa.” Gần như người ủ ê nào cũng là người đọc quá nhiều. Mắt người không hợp với khoảng cách này, chỉ khi nhìn vào một khoảng không rộng lớn, mắt mới được nghỉ ngơi. Khi ngắm sao hay nhìn ra đường chân trời ngoài biển, mắt hoàn toàn được thư giãn, và khi mắt được thư giãn thì đầu óc sẽ được tự do, bước chân sẽ chắc chắn hơn, tất cả các cơ quan đều được buông lỏng và duỗi ra từ từ cho đến tận lục phủ ngũ tạng. Nhưng đừng cố duỗi ra bằng ý chí, cái ý chí nó đè lên bạn và làm mọi thứ hỗn loạn lên và cuối cùng là bóp nghẹt cổ bạn. Đừng nghĩ đến chính bản thân bạn, mà hãy nhìn ra xa.

U sầu là một căn bệnh, hoàn toàn đúng. Bác sĩ thỉnh thoảng có thể đoán được nguyên nhân và cho thuốc. Nhưng phương thuốc này lại bắt ta quan tâm tới cơ thể, và lo lắng việc mình phải chấp hành một chế độ ăn kiêng sẽ làm hỏng hiệu ứng của phương thuốc. Đó là lý do tại sao vị bác sĩ, nếu ông ấy khôn ngoan ra, sẽ gửi bạn đến gặp một triết gia. Nhưng khi bạn đến gặp triết gia, bạn sẽ thấy gì? Bạn sẽ thấy một người nằm trên giường quá nhiều, có tư duy cận thị, tóm lại là, một người còn u sầu hơn cả bạn.

Nhà nước cần mở trường học thông thái giống như trường y. Học thông thái bằng cách nào? Bằng khoa học thực sự, tức là bằng sự chiêm nghiệm mọi vật, và bằng thi ca rộng lớn như thế giới. Bởi nguyên lý hoạt động của nó là nghỉ ngơi khi được nhìn về chân trời rộng lớn, con mắt dạy cho chúng ta một sự thật to lớn. Tư duy phải giải phóng cho cơ thể và trả nó về cho Vũ Trụ, nơi mới đích thực là quê hương của chúng ta. Có một mối liên quan sâu sắc giữa số phận con người và những chức năng trong cơ thể chúng ta. Con vật, khi những thứ xung quanh để cho nó yên, sẽ nằm lăn ra và ngủ; con người thì suy nghĩ, và nếu đó là một suy nghĩ của con vật thì quả thật là bất hạnh cho anh ta. Như thế là anh ta làm cho nỗi khổ và như cầu của mình tăng lên gấp đôi, như thế là anh ta tự làm mình mệt mỏi bằng sợ hãi và ảo vọng, những cái khiến cơ thể anh ta căng thẳng, kích động, những cái bắt anh ta lao mình theo nhiều thứ, tự kiểm tỏa mình bởi trò đùa của trí tưởng tượng, luôn luôn nghi hoặc, luôn luôn dè chừng mọi người và mọi thứ xung quanh. Và khi anh ta muốn tự giải thoát cho mình, anh ta liền đắm mình vào trong những cuốn sách, cũng là một thứ vũ trụ đóng, quá gần mắt, quá gần những cảm xúc của anh ta. Tư duy biến mình thành nhà tù mà cơ thể phải chịu đựng, bởi nói rằng tư duy đang thu hẹp lại hay nói rằng cơ thể đang chống lại chính nó, thì cả hai điều đó cũng chỉ là một. Người có nhiều tham vọng sửa đi sửa lại hàng nghìn lần bài diễn thuyết của mình như người đang yêu sửa đi sửa lại lời thề nguyện. Tư duy phải được du ngoạn và phải được chiêm nghiệm, như thế cơ thể của ta mới cảm thấy dễ chịu.

Khoa học dẫn chúng ta đến điều đó, với điều kiện là khoa học không được tham vọng, không được khoác lác, không được vội vã; với điều kiện là khoa học đưa chúng ta ra khỏi những cuốn sách và mang tầm nhìn của chúng ta tới những chân trời xa. Tức là, khoa học phải là tầm nhìn và phải là du ngoạn. Một vật thể, qua những đặc tính thật mà bạn khám phá được, sẽ dẫn bạn tới một vật thể khác rồi tới hàng nghìn vật thể khác, rồi vùng nước xoáy của con sông sẽ mang tư duy của bạn tới những cơn gió, những đám mây, đến tận các tinh hà. Hiểu thật sự không bao giờ chỉ là một cái gì nhỏ bé gần mắt ta, bởi vì hiểu chính là hiểu xem cái nhỏ bé ấy được liên kết với cái toàn thể như thế nào, không có gì tồn tại do chính nó, và như vậy cái chuyển động đúng đắn sẽ phải đẩy chúng ta ra xa khỏi bản thân mình, cái vừa tốt cho tinh thần cũng vừa tốt cho mắt. Qua đó tư duy của bạn sẽ được nghỉ ngơi trong vũ trụ, chỗ vốn là địa hạt của nó, sẽ hòa hợp với cuộc sống trong cơ thể bạn, cái cuộc sống liên đới với mọi thứ. Khi một người theo đạo thiên chúa nói rằng “bầu trời là quê hương của con”, anh ta không biết mình đã nói đúng thế nào. Hãy nhìn ra xa.

15 tháng năm 1911

52. Du hành

Trong đợt nghỉ này, đâu đâu cũng đầy những người chạy từ thắng cảnh này sang thắng cảnh khác, tất nhiên là với ham muốn xem được nhiều thứ nhất trong một khoảng thời gian ngắn nhất. Nếu chỉ là để thuật lại thì quả là không có gì tốt hơn, bởi tốt nhất là nên có thật nhiều địa danh để mà nhắc, để mà lấp đầy thời gian. Nhưng nếu là để cho họ, và để thật sự được ngắm cảnh, thì tôi không thể hiểu nổi. Khi người ta vừa chạy vừa ngắm cảnh, tất cả mọi thứ đều tựa tựa như nhau. Thác nước lúc nào cũng là thác nước. Vậy là với những người ba chân bốn cẳng chạy vòng quanh thế giới, ký ức vào cuối kỳ du ngoạn vẫn không hề giàu có hơn lúc mới bắt đầu.

Ký ức về thắng cảnh có phong phú hay không là ở những chi tiết. Ngắm nhìn, đó là xem lướt qua những chi tiết, dừng lại ở mỗi chi tiết một chút, và rồi, nắm bắt cái tổng thể một lần nữa bằng một cú chớp mắt. Tôi không biết liệu có phải vì những người khác có thể làm điều đó thật nhanh hay không, để tiếp tục chạy qua cảnh khác, rồi lại bắt đầu ngắm. Với tôi thì tôi không làm được. Thật hạnh phúc cho những người sống ở Rouen mỗi ngày đều được thỏa mắt nhìn một thứ đẹp dễ và được tận hưởng Saint- Ouen^[72] chẳng hạn, giống như một họa phẩm treo trong nhà.

Trong khi nếu người ta vào bảo tàng một lần duy nhất, hay đến một địa danh du lịch, thì gần như không thể tránh khỏi việc những ký ức sẽ nhòe đi để cuối cùng tạo thành một tấm hình xám xám không sắc nét.

Với gu của tôi thì du hành là chỉ đi một hai mét một lần, dừng lại, rồi nhìn lại cũng những cảnh đó một lần nữa theo một khía cạnh khác. Thường thường, ngồi xuống, lệch qua phải hay qua trái một chút là mọi thứ đã thay đổi, và như vậy tốt hơn nhiều so với việc đi hàng trăm cây số.

Nếu đi từ thác nước này đến thác nước khác, tôi sẽ luôn thấy cùng một thác nước. Nhưng nếu tôi đi từ mồm núi này qua mồm núi khác, cũng cái thác nước đó sẽ biến thành một cái khác sau mỗi bước tôi đi. Và nếu tôi quay lại ngắm một thứ đã ngắm trước đó, nó sẽ thực sự gây cho tôi nhiều ấn tượng hơn là một thứ mới mẻ, mà thật ra nó đã trở thành một thứ gì đó mới mẻ rồi. Chỉ cần phải lựa chọn một khung cảnh đa dạng và phong phú để đừng ngủ gật trong thói quen. Cũng cần phải nói rằng với một người biết cách ngắm nhìn, bất kỳ khung cảnh nào cũng có thể chứa niềm hân hoan vô tận. Thêm nữa, từ khắp mọi nơi, ta đều có thể ngắm nhìn bầu trời đầy sao, cái quả là một vực thẳm đầy cảm dỗ.

29 tháng tám 1906

53. Điều nhảy của những con dao

Ai cũng biết sức mạnh tâm hồn của con người theo chủ nghĩa khắc kỷ. Họ luận về cảm xúc, thù hận, ghen tuông, sợ, tuyệt vọng và nhờ thế mà khắc chế được chúng, giống như một người đánh xe lành nghề biết khống chế những con ngựa của mình.

Một lập luận của họ mà tôi rất thích, vì nó đã có ích cho tôi hơn một lần, đó là lập luận về quá khứ và tương lai. “Chúng ta chỉ phải chịu đựng hiện tại mà thôi”, họ nói. “Cả quá khứ lẫn tương lai đều không thể đè nặng lên chúng ta, bởi vì một cái thì không còn nữa còn cái kia thì chưa đến.”

Vậy mà điều đó lại đúng đấy. Quá khứ và tương lai chỉ hiện hữu khi nào chúng ta nghĩ về chúng; đó là ý tưởng, chứ không phải sự kiện. Chúng ta cứ ráng sức để tự tạo ra cho mình những điều hối tiếc và những nỗi sợ hãi. Tôi từng xem một người làm trò thăng bằng xếp rất nhiều dao lên nhau theo hàng dọc; kết quả là anh ta giữ thăng bằng một cái cây kinh hoàng ở ngay trên trán. Giống như người nghệ sĩ thiếu thận trọng, chúng ta cũng sắp xếp và mang trên mình bao hối tiếc và sợ hãi. Thay vì mang chúng trong vòng một phút, ta lại mang đến một giờ; thay vì mang trong một giờ, ta lại mang đến một ngày, mười ngày, nhiều tháng, rồi nhiều năm. Ai đó bị đau chân nghĩ rằng hôm qua mình đã đau, trước kia mình cũng đã đau, và ngày mai mình vẫn sẽ đau; anh ta rên rĩ về cả cuộc đời mình. Đương nhiên ở đây sự thông thái chẳng thể làm được gì nhiều; vì người ta vẫn không thể loại trừ nỗi đau hiện tại. Nhưng nếu đó là một đau đớn về tinh thần, nó sẽ còn lại gì khi mà ta đã ngừng hối tiếc và dự cảm?

Người tình bị phụ bạc kia cứ quằn quại trên giường không chịu ngủ, nghiền ngẫm những đòn trả thù ghê rợn, nỗi sầu của anh ta sẽ còn lại gì nếu anh ta không nghĩ đến cả quá khứ lẫn tương lai? Kẻ nhiều tham vọng kia, trái tim dẫn vật vì một thất bại, anh ta đi tìm đau đớn ở đâu đây, nếu không phải là trong một quá

khứ mà anh ta dựng lại và trong một tương lai mà anh ta tưởng tượng ra? Như thế ta đang thấy Sisyphe^[73] trong truyền thuyết nhấc tảng đá lên để bắt đầu lại từ đầu hình phạt của chính mình.

Tôi sẽ nói với tất cả những ai tự hành hạ mình theo cách ấy như sau: hãy nghĩ đến hiện tại, nghĩ đến cuộc đời anh đang tiếp diễn từng phút, phút này tiếp nối phút kia, như vậy anh có thể sống cuộc đời như anh vẫn sống, bởi vì anh đang sống. Nhưng tương lai làm tôi thấy sợ, bạn đáp. Anh đang nói tới những điều mà anh không hay biết. Các sự kiện không bao giờ là thứ mà ta trông đợi; còn về nỗi đau hiện tại của anh, thì chính vì nó quá nhức nhối, anh có thể tin rằng nó sẽ được truyền giảm. *Mọi thứ đều đổi thay, mọi thứ đều qua đi.* Câu châm ngôn này vốn hay làm ta buồn, đôi khi cũng hay khi nó an ủi ta.

17 tháng tư 1908

54. Xương ngôn

Thình thoảng ta bắt gặp trên đường đi một bóng ma nằm sùi ầm dưới ánh mặt trời, hoặc đang lê xác về nhà; cái cảnh tượng của sự tàn tạ cực độ, của cái chết gần kề thoát tiên gây ra ở ta một nỗi khủng khiếp không thể vượt qua được, ta vừa bỏ chạy vừa nói: “Tại sao cái hình hài kia còn chưa chịu chết?” Thế nhưng nó vẫn yêu cuộc đời, muốn sùi ầm dưới ánh mặt trời, nó không muốn chết. Quả thật là một chặng đường khó nhọc cho tư duy của chúng ta. Ở trên con đường ấy, tư duy thường xuyên vấp ngã, bị thương, điên giận, tự đẩy mình vào lối đi sai lầm. Cái đó xảy ra nhanh lắm.

Sau khi thấy cảnh tượng như vậy, lúc tôi đi tìm con đường đúng cho mình bằng những lập luận dò dẫm và thận trọng, tôi thấy trước mặt mình một anh bạn toàn thân run rẩy, nói năng lảm nhảm, mắt lóe lên những tia lửa địa ngục. Cuối cùng anh ta bật kêu: “Nơi đây mọi thứ đã đi đến chỗ bần cùng. Những ai khỏe mạnh thì sợ bệnh tật và cái chết, họ sợ với tất cả sức lực của mình mà nỗi kinh hoàng của họ chẳng hề bớt đi, thực chất là họ đang nhắm nháp nó. Hãy nhìn những người bệnh ở kia, lẽ ra họ phải cầu cho cái chết đến, nhưng không, họ xua đuổi nó đi, nỗi sợ này làm tăng thêm sự khốn khổ của họ”. Anh ta nói: “Sao ta phải sợ chết khi mà cuộc sống đã khủng khiếp đến thế? Mà anh cũng thấy đó, người ta ghê tởm cả cái chết lẫn sự đau đớn, và đó là kết cuộc của tất cả chúng ta.”

Anh ta tin rằng những lời mình nói có đáng đáp của sự hiển nhiên tuyệt đối, và chao ôi, tôi cũng muốn tin như anh lắm, anh ạ. Bất hạnh thì không khó đâu, hạnh phúc mới khó, nhưng đó không phải lý do để ta thôi cố gắng, mà ngược lại, ngạn ngữ đã nói rằng *phàm những gì đẹp để đều rất nhọc nhằn*.

Tôi có lý do để nghi ngờ những lời hùng biện của quý dữ này, nó muốn đánh lừa tôi bằng thứ ánh sáng lảm lặc của sự hiển nhiên. Bao nhiêu lần chính tôi cũng tự chứng tỏ với mình rằng mình bất hạnh đến mức không còn thuốc chữa, tại sao lại như thế? Phải chăng vì đôi mắt phụ nữ, có lẽ sáng bừng hay mệt mỏi, hoặc dường như đang bị đám mây trên trời che phủ; hay vì một suy nghĩ nhỏ nhen nào đó, vì một sự thay đổi của tâm trạng, hay vì một nét mặt và một lời nói làm động đến lòng sĩ diện của ta. Vì chúng ta ai cũng từng biết qua sự điên rồ kỳ quặc này rồi, và chỉ một năm sau là ta tha hồ cười nhạo nó. Tôi rút ra rằng, cảm xúc lừa dối ta, khi ta sắp khóc, các cơ quan từ dạ dày đến tim, bụng đều có những cử động thái quá, cơ bắp căng ra vô ích, và làm ảnh hưởng đến dòng suy nghĩ. Những người khờ khạo luôn bị mắc vào cái bẫy đó, còn tôi thì biết rằng cái ánh sáng tồi tệ kia sẽ sớm tắt thôi, tôi còn muốn tắt nó đi ngay, cái này thì tôi làm được, chỉ cần tôi đừng có xương ngôn; tôi biết quá rõ quyền năng của giọng nói lên chính bản thân mình, và vì thế mà tôi phải nói với chính mình một cách nhẹ nhàng, chứ không theo lối diễn bi kịch. Đó là về âm điệu. Tôi còn biết rằng bệnh tật và cái chết là những gì rất chung và tự nhiên, sự nổi loạn kia chắc chắn là một suy nghĩ sai lầm và phi nhân tính, bởi vì tôi cho rằng một suy nghĩ đúng đắn và có nhân tính luôn luôn phải phù hợp với thân phận con người và tiến trình của cuộc sống. Và đó đã là một lý lẽ đủ mạnh để ta không nông nổi xô mình theo những lời than vãn, thứ vốn dĩ nuôi dưỡng cơn giận dữ, và được chính cơn giận dữ nuôi dưỡng. Đó cái là vòng luẩn quẩn của địa ngục mà ở đó chính tôi là con quỷ, chính tôi là kẻ cầm lái hái.

29 tháng chín 1911

55. Than văn

Điều tôi muốn chúc bạn khi một năm mới lại bắt đầu, trong khoảng thời gian vừa đủ để mặt trời leo lên chỗ cao nhất, rồi bò xuống chỗ thấp nhất, điều tôi muốn chúc bạn đó là, không nói cũng như không nghĩ rằng mọi việc mỗi ngày một tồi tệ đi. “Con sót vàng^[74] này, rồi thói ham hưởng lạc này, nghĩa vụ thì bị lãng quên, tuổi trẻ thì hỗn lảo, những vụ trộm kinh hoàng và những tội ác tày trời, dục vọng trở nên ngày một trơ trẽn, rồi cả bốn mùa cũng đỡ chứng khiến cho giữa đêm đông mà trời vẫn ẩm”. Đó là một điệp khúc xưa như trái đất, nó chỉ nói lên rằng: “Tôi không còn tâm can lẫn niềm vui của tuổi đôi mươi nữa.”

Nếu như đây chỉ là một cách diễn đạt những gì mình cảm thấy, lối phát ngôn này còn có thể chịu đựng được, như ta vẫn phải chịu đựng sự buồn chán của những người ốm. Nhưng lời lẽ tự thân nó tải một quyền năng vô chừng, nó thổi phồng nỗi buồn, phóng to nó lên, phủ lên mọi vật như một chiếc áo choàng, làm cho kết quả trở thành nguyên nhân, như khi ta thấy một đứa trẻ có thể hoảng sợ vì thằng bạn của nó đã được chính nó hóa trang thành con sư tử hoặc con gấu.

Nếu một người vì nỗi buồn tự nhiên của mình mà trang trí nhà cửa như một cái nhà quàn, anh ta sẽ càng vì thế mà ủ ê hơn, bởi vì tất cả mọi thứ xung quanh đều nhắc nhở đến nỗi sầu muộn của anh ta. Suy tư của chúng ta cũng vận hành như thế; nếu tâm trạng làm ta tô đen con người, tô đen xã hội như những di tích đồ nát, thì chính những bức tranh nguệch ngoạc đó sẽ xô ta vào tuyệt vọng. Người thông minh nhất thường là người tự lừa mình giỏi nhất, vì những lời than văn của anh ta có dáng dấp của lý lẽ.

Tệ hại nhất là sự truyền nhiễm của căn bệnh này, nó giống như chứng thổ tả của đầu óc. Tôi biết một số người mà trước mặt họ dùng hồng nói rằng nhìn chung công chức ngày nay trung thực và được việc hơn. Những người bị cảm xúc chi phối có sự hùng hồn thật tự nhiên, có sự thành thực thật cảm động, làm cho cả đám đông đứng về phe họ. Trước mặt họ, những đầu óc tinh táo đành đóng vai khờ khạo, vụng về. Khi đó, nói lời ai oán trở thành một dạng giáo lý và một phần của phép lịch sự.

Hôm qua, một người thợ dệt thăm mào đầu câu chuyện bằng một câu ngây ngô thế này: “Bốn mùa bây giờ loạn cả rồi. Ai mà tin được bây giờ đang là mùa đông chứ? Cứ như là mùa hè, chẳng còn biết đằng nào mà lần nữa.” Anh ta nói thế sau đợt nóng gay gắt năm nay, thế nhưng thật ra anh ta cũng chỉ cảm thấy nó như mọi năm thôi. Những lời sáo mồn còn mạnh hơn cả sự thật. Hãy cảnh giác với chính bạn, bây giờ bạn đang cười anh thợ dệt thăm, bởi vì không phải sự kiện nào cũng hiển hiện rõ nét trong ký ức bạn như mùa hè tuyệt đẹp của năm một chín mười một.

Kết luận của tôi là niềm vui chẳng có uy quyền gì, vì nó còn trẻ quá, trong khi đó nỗi buồn chễm chệ ngự trên ngai và luôn được tôn kính quá mức. Từ đó tôi rút ra kết luận rằng cần phải chống lại nỗi buồn, không phải chỉ vì bản thân niềm vui là tốt, dù rằng đó cũng đã là một lý do, mà bởi vì ta cần phải công bằng, trong khi nỗi buồn lúc nào cũng hùng hồn, lúc nào cũng hống hách, không bao giờ muốn cho ta công bằng.

4 tháng một 1912

56. Sự hùng biện của cảm xúc

Gần như sự hùng biện của cảm xúc luôn đánh lừa được chúng ta. Tôi muốn nói đến trạng thái thần kinh buồn vui tưởng tượng, sáng rực hay tăm tối, mà trí tưởng tượng gây ra cho ta tùy thuộc vào cơ thể ta đang thư thái hay mệt nhọc, đang phấn khích hay trầm uất. Tất nhiên khi đó chúng ta sẽ buộc tội đủ thứ và nhiều người, thay vì cố đoán ra nguyên nhân, thường thì rất nhỏ, và điều chỉnh nó mà không dẫn tới hậu quả đáng tiếc.

Vào thời điểm kỳ thi sắp sửa diễn ra, biết bao thí sinh phải mòn mỏi đèn sách, đầu óc váng vất đau nhức, đó là nỗi khổ nhỏ nhỏ mà ta có thể nhanh chóng chữa khỏi bằng cách nghỉ ngơi và ngủ. Nhưng một thí sinh khờ khạo thì không nghĩ tới việc ấy. Cậu ta thấy mình học không được nhanh, các khái niệm cứ luẩn quẩn dưới màn sương mù, còn tư tưởng của tác giả thì cam lạng trên trang sách chứ không chịu đến với cậu; thế là cậu đâm ra buồn bã về những khó khăn của kỳ thi và về khả năng của chính mình. Ngoảnh đầu về quá khứ mà ngắm những kỷ niệm qua cái màn sương buồn bã ấy, cậu nhận ra hoặc tưởng mình nhận ra dường như mình chưa làm được việc gì có ích, tất cả mọi thứ dường như phải xem xét lại, vì chẳng có gì là sáng sủa, chẳng có gì là trật tự. Nhìn về tương lai, cậu nghĩ, thời gian sao ngắn thế còn mình học sao chậm thế. Cậu bèn quay lại với quyển sách, hai tay ôm đầu, trong khi lẽ ra cậu phải đi ngủ. Chính bệnh tật đã che giấu phương thuốc, và cũng chính vì mệt mỏi mà cậu mới lao vào học. Ở đây cái cậu cần là kiến thức sâu sắc của các nhà hiền triết khắc kỷ, mà sau này được Descartes và Spinoza diễn giải. Luôn luôn giữ thái độ ngờ vực trước những bằng chứng mà trí tưởng tượng đưa ra, lẽ ra, bằng đầu óc tự biện, cậu phải bắt nọn được sự hùng biện của cảm xúc, từ chối không tin vào nó, chỉ thế thôi là cậu đã có thể đột nhiên làm tan biến một phần lớn cơn đau của mình. Một chút đau đầu hay một chút mỏi mắt thì cũng chịu đựng được thôi, mà nó sẽ không kéo dài, nhưng nỗi tuyệt vọng thì thật là khủng khiếp và tự nó sẽ làm trầm trọng thêm những nguyên nhân ban đầu.

Đó là cái bẫy của cảm xúc. Một người đang tức giận tự diễn cho mình xem một vở bi kịch đầy ấn tượng, đèn đuốc sáng trưng, những gì xấu xa của kẻ thù hiện lên, những mưu mẹo, những toan tính của hắn, sự khinh bỉ và cả dự định tương lai của hắn; mọi thứ đều được thể hiện trong cơn giận, và cơn giận vì thế mà tăng thêm. Giống một họa sĩ vẽ các nữ thần Báo Thù^[75] để rồi tự mình cảm thấy sợ. Đó chính là cơ chế khiến một cơn giận cuối cùng hóa thành bão táp, những nguyên nhân nhỏ bé bị phóng to lên bởi giống tổ trong trái tim và sự căng thẳng của cơ bắp. Cách làm dịu đi toàn bộ sự chộn rộn ấy chắc chắn không phải là làm như nhà sử gia điếm điếm lại những lời sỉ nhục, những kêu ca và những đòi hỏi; bởi vì tất cả những thứ ấy được chiếu bằng một thứ ánh sáng lầm lẫn, giống như trong một cơn mộng mị hoang tưởng. Ở đây ta cũng cần viện đến đầu óc tự biện để bắt nọn sự hùng biện của cảm xúc và từ chối không tin vào nó. Thay vì nói: “Thằng bạn giả dối kia từ xưa đến nay lúc nào cũng khinh mình”, thì nói: “Trong cơn chộn rộn này tôi nhìn không được rõ, tôi phán xét không được chuẩn; tôi chỉ là một diễn viên bi kịch đang than vãn cho số phận của mình.” Và thế là bạn sẽ thấy đèn đuốc trên sân khấu sẽ được tắt hết, vì có còn khán giả nữa đâu; và những bài trí rực rỡ sẽ chỉ còn là những tranh vẽ nguệch ngoạc. Sự thông thái đích thực mới là vũ khí thực sự để chống lại tính thơ ca trong sự bất công. Chao ôi! Chúng ta được quá nhiều nhà triết học tay ngang khuyến bảo và dẫn dắt trong khi họ chỉ biết làm mỗi một việc là tự hoang tưởng và đem sự khổ sở của mình đến cho người khác.

14 tháng năm 1913

57. Về sự tuyệt vọng

“Một kẻ bất lương sẽ chẳng bao giờ tự sát chỉ vì thế”, ai đó từng nói. Đây không phải là lần đầu tiên cũng không phải là lần cuối cùng một người tử tế cho rằng mình đã mất hết danh dự và tự sát, và được than khóc bởi chính những người mà anh ta nghĩ là đã từng khinh thường mình. Nhân tấn thảm kịch này, thứ sẽ còn hiện diện rất lâu trong ký ức chúng ta, tôi muốn tìm hiểu xem điều gì đã khiến cho con người vốn là công chính và hiểu luân lý này dường như đã học cách chế ngự một số xúc cảm chỉ để sau đó bị những xúc cảm khác tấn công và hạ gục. Tôi cũng muốn tìm hiểu xem những suy nghĩ nào có lẽ đã giúp anh ta chống lại sự tuyệt vọng^[76].

Phán đoán một tình huống, đặt ra một bài toán khó, đi tìm lời giải cho nó, không tìm ra, không biết vin vào đâu, để dòng suy nghĩ quay tròn như một con ngựa trên cái đu quay, chỉ nhiều đó thôi đã là một sự hành hạ, bạn nói vậy, và cả trí thông minh cũng có gai sắc đâm vào ta. Không phải như thế đâu, không hề. Đây, ta phải bắt đầu bằng việc không rơi vào cái nhảm lẩn này trước đã. Có rất nhiều vấn đề mà ta không hiểu gì cả; mà ta lại dễ dàng nguôi ngoai. Một hội đồng xét xử, một chuyên gia thanh lý, một vị quan tòa có thể dễ dàng phán rằng vụ việc này đã vô vọng, hoặc thậm chí còn không thể quyết định gì được, mà vẫn chẳng thấy mất ăn mất ngủ. Cái làm chúng ta tổn thương trong những suy nghĩ bùng bùng không phải là các suy nghĩ bùng bùng, mà là một kiểu đấu tranh và kháng cự lại với chúng thì đúng hơn, hoặc, nói cách khác là cái ham muốn thấy mọi việc không giống như bản thân chúng. Tôi tin là, trong mọi biến đổi của cảm xúc, có một sự kháng cự lại những gì không còn vứu vắn được nữa. Chẳng hạn, nếu ai đó đau khổ vì yêu phải một phụ nữ ngu ngốc, hoặc phù phiếm, hoặc lạnh lùng, thì đó là bởi anh ta cứ khẳng khẳng muốn cô ta không giống như bản thân cô ta. Cũng như vậy, lúc sụp đổ đã là không thể tránh khỏi, và ta cũng biết rõ như thế, thì cảm xúc vẫn cứ muốn hy vọng, và theo cách nào đó nó ra lệnh cho suy nghĩ phải đi lại con đường ấy thêm một lần nữa để tìm ra một ngã rẽ dẫn tới nơi khác. Nhưng con đường thì đã đi qua rồi, ta ở đúng cái nơi ta đang ở, và trên con đường của thời gian, ta không thể thối lui, cũng không thể đi hai lần trên cùng một con đường. Vì thế tôi cho rằng người có tính cách mạnh mẽ là người biết rằng mình đang ở đâu, sự thật là như thế nào, cái gì không còn cứu vãn được nữa, và từ đó xuất phát để đi tới tương lai. Nhưng cái đó không hề dễ, và phải tập luyện từ những việc nhỏ; nếu không làm như vậy cảm xúc sẽ giống như con sư tử trong lồng, đi đi lại lại trước các chấn song cả tiếng đồng hồ, như thể khi đứng ở bên này, nó luôn luôn hy vọng rằng nó chưa nhìn thấy rõ bên kia. Để nói ngắn gọn, cái nỗi buồn nảy sinh từ việc ngắm nhìn quá khứ chẳng để làm gì cả và thậm chí còn rất tai hại, vì nó làm chúng ta suy nghĩ một cách vô vọng và tìm kiếm một cách vô vọng. Spinoza nói rằng sám hối là lỗi lầm thứ hai.

“Nhưng mà, tôi vẫn không thể vui được nếu đang buồn”, con người buồn bã, nếu anh ta đã đọc Spinoza, nói; “cái đó phụ thuộc vào tâm trạng của tôi, sự mệt mỏi của tôi, tuổi tác của tôi và cả thời tiết ngoài kia.” Được thôi. Bạn cứ việc tự nói với mình điều đó, bạn cứ việc nói cho thật nghiêm túc vào; hãy trả nỗi buồn về cho những nguyên do thực của nó; tôi nghĩ những suy nghĩ nặng nề của bạn sẽ nhờ đó mà bị đánh đuổi, như những đám mây bị gió thổi tan. Mặt đất sẽ chất chứa nỗi khổ, nhưng bầu trời sẽ trong sáng; như thế cũng đã là tốt lắm rồi; bạn sẽ gửi trả được nỗi buồn vào trong cơ thể; những suy nghĩ của bạn sẽ nhờ vậy mà như thể được lau chùi sạch sẽ. Hoặc giả, nếu bạn muốn thế, ta hãy nói rằng suy nghĩ chấp cánh cho nỗi buồn và biến nó thành một nỗi sầu muộn bay lơ lửng; trong khi đó, nhờ suy tư, nếu nó nhắm trúng đích, tôi sẽ bẻ gãy những cái cánh, và tôi sẽ chỉ còn lại một nỗi sầu muộn bò lổm ngổm. Nó vẫn nằm đó ở ngay trước mũi chân tôi, nhưng không còn ở trước mắt tôi nữa. Chỉ có điều, quý quá là ở đó, lúc nào ta cũng muốn có một nỗi sầu muộn bay thật cao.

31 tháng mười 1911

58. Về sự thương hại

Có một kiểu lòng tốt làm cuộc sống trở nên sâu thẳm, một kiểu lòng tốt vốn là sự bi lụy, mà người ta vẫn gọi là lòng thương hại, một trong những tai họa của con người. Hãy xem cách một người phụ nữ nhay cảm nói chuyện với một người đàn ông gây guộc mà bà ta đã biết là bị ho lao mà xem. Anh nhìn đắm lệt, giọng nói đầy âm điệu, những điều người ta nói với anh ta, tất cả rõ ràng là đang kết án anh chàng khốn khổ này. Nhưng anh ta không hề lấy làm tức tối; anh ta chịu đựng lòng thương hại của kẻ khác như chịu đựng bệnh tật của mình. Lúc nào cũng vậy. Từng người một đến trút thêm một chút buồn rầu lên đầu anh ta; từng người một đến ca cho anh ta nghe cùng một điệp khúc: “Thấy anh thế này, tôi đến chết mất thôi.”

Có những người phần nào biết phải chăng hơn và ăn nói có chừng mực hơn. Khi đó sẽ là những lời lẽ chắc nịch như sau: “Can đảm lên nhé, khi nào đẹp trời anh sẽ lại khỏe thôi.” Nhưng lời nói suông chẳng làm cho không khí trong lành hơn. Đó vẫn chỉ là một lời than vãn làm rớt nước mắt. Chỉ cần có chút ám chỉ thôi là người bệnh cảm nhận được ngay, một cái liếc nhìn bị bắt gặp còn nói với anh ta nhiều điều hơn mọi ngôn từ.

Vậy phải làm sao đây? Làm thế này này. Xin đừng có rầu rĩ, xin hãy hy vọng, ta có hy vọng thì mới truyền cho người khác được. Cần phải tin tưởng vào tự nhiên, nhìn tương lai một cách tích cực, và tin rằng cuộc sống sẽ chiến thắng. Điều đó dễ hơn ta tưởng, bởi như thế là tự nhiên thôi. Ai đang sống cũng tin rằng cuộc sống sẽ chiến thắng, không thể thì anh ta tiêu đời ngay. Cái sức sống ấy sẽ làm bạn nhanh chóng quên đi người đàn ông khốn khổ; và, sức sống ấy mới là thứ cần phải truyền cho anh ta. Thật đấy, đừng thương anh ta thái quá. Cũng đừng tỏ ra khô cứng và vô cảm. Mà cần thể hiện một tình bạn đầy hồ hởi. Chẳng ai thích làm người khác thương hại mình cả, và khi một người đau yếu thấy rằng mình không dập tắt đi niềm vui của một người khỏe mạnh, anh ta sẽ nhẹ lòng và khuây khỏa. Niềm tin là một liều thuốc bổ thần kỳ.

Chúng ta hay bị tôn giáo đầu độc. Chúng ta đã quen thấy các cha đạo rình rập những biểu hiện yếu đuối và đau khổ của con người để kết liễu kẻ hấp hối bằng một bài thuyết giảng làm người sống phải suy ngẫm. Tôi căm ghét kiểu hùng biện nhà đòn này. Cần rao giảng về sự sống, chứ không phải về cái chết, cần truyền đi niềm hy vọng, chứ không phải nỗi sợ hãi, và cùng vun đắp niềm vui, cái mới là kho báu đích thực của con người. Đó chính là bí quyết của các nhà thông thái vĩ đại, và là ánh sáng cho ngày mai. Cảm xúc thì âm ỉ. Hận thù thì âm u. Niềm vui sẽ tiêu diệt cảm xúc và hận thù. Nhưng hãy bắt đầu bằng cách tự nhủ rằng nỗi buồn chẳng có gì là cao quý, không hề đẹp đẽ và hoàn toàn vô tích sự.

5 tháng mười 1909

59. Nỗi khổ của người khác

Một nhà đạo đức, hình như là La Rochefoucauld^[77], khi viết: “Chúng ta luôn có đủ sức mạnh để gánh hộ nỗi khổ cho người khác”, chắc hẳn đã nêu ra một cái gì đó đúng. Nhưng mới chỉ đúng có một nửa. Điều còn đẹp đẽ hơn nhiều và cần phải lưu ý, đó là chúng ta luôn có đủ sức để gánh nỗi khổ của chính mình. Và thực sự là cần phải như thế. Chúng ta buộc phải làm thế, khi chuyện tất yếu đến nỗi vai chào hỏi ta. Ta sẽ phải chết, còn nếu không thì ráng hết sức mà sống, và phần lớn người ta chọn về này. Sức mạnh của cuộc sống thật là kỳ diệu.

Vậy nên, những người chạy lụt sẽ tìm cách thích nghi. Họ không đứng rên rỉ trên cầu; họ dần bước. Những người chen chân ở trường học hay ở những nơi công quyền gồng hết sức bám trụ và ăn ngủ hết mình. Những người lính từng tham chiến cũng nói y như thế; nỗi khổ sở lớn nhất không phải là việc họ đang băng mình nơi chiến trận mà là do họ bị lạnh chân; họ chỉ chăm chăm nghĩ đến chuyện nhóm lửa, và hoàn toàn mất ngủ khi được sưởi ấm.

Thậm chí ta còn có thể nói rằng, sinh tồn càng khó nhọc, người ta càng chịu đựng khổ đau và tận hưởng niềm vui giới giang hơn; bởi sự trù liệu chẳng kịp đi đến chỗ những nỗi khổ mới, những nỗi khổ chỉ đơn giản là hoàn toàn có thể xảy ra; nó bị hãm lại vì những như cầu thiết yếu. Khi dựng nhà, Robinson^[78] mới bắt đầu nhớ tiếc quê hương. Chắc cũng vì lý do ấy mà người giàu thích thú với săn bắn; thú vui ấy đồng nghĩa với những nỗi khổ sắp tới, như nhức chân, hay những niềm vui sẽ đến, như ăn uống no say; và hành động sẽ cuốn mọi thứ theo nó, kết nối mọi thứ với nhau. Người nào dồn hết tâm trí vào một hành động tương đối khó khăn, người đó hoàn toàn hạnh phúc. Người còn vương vấn với quá khứ hoặc cứ lo nghĩ về tương lai thì không thể thực sự hạnh phúc. Chừng nào còn gánh theo toàn bộ sức nặng của mọi thứ, chừng ấy cần phải cảm thấy hạnh phúc hoặc chết đi; nhưng ngay khi gánh vác, trong lo âu, sức nặng của chính mình, mọi đường đi đều trở nên gập ghềnh. Quá khứ và tương lai đều cào mạnh xuống con đường.

Nói tóm lại, đừng nghĩ đến bản thân làm gì. Điều buồn cười là những người khác cứ đẩy tội quy về mình bởi những lời họ nói về chính bản thân họ. Cùng nhau hành động thì lúc nào cũng tốt, cùng nhau nói chỉ để nói, để phàn nàn, chỉ trích, đó lại là một tai họa lớn của cõi đời này. Chưa kể việc bộ mặt con người cực kỳ biểu cảm và có khả năng đánh thức những nỗi buồn mà mọi sự đã làm tôi nhãng đi. Chỉ ở trong đời sống cộng đồng chúng ta mới ích kỷ, vì va chạm giữa các cá nhân, vì lời người này đáp trả người kia, bằng miệng, bằng mắt, bằng trái tim hữu ái. Một câu phàn nàn kéo theo ngàn lời ta thán; một nỗi sợ kích động muôn con hoảng loạn. Trong một cơn cừ có cả một đàn cừ chạy loạn xạ. Chẳng thế mà một trái tim nhạy cảm luôn có chút xu hướng lẫn tránh con người. Đó là những điều mà tình bằng hữu luôn phải nghĩ đến. Người ta đã quá vội vã khi gán tên ích kỷ cho người nhạy cảm vốn tìm kiếm cô đơn để đề phòng trước những trao đổi giữa con người và con người; anh ta đâu phải là người mang trái tim khô cằn khi phải khó nhọc lắm mới chịu đựng được nỗi lo lắng, buồn rầu, đau khổ thể hiện trên gương mặt bạn bè. Và ta cũng không chắc những người sẵn sàng giao du với bất hạnh sẽ đề tâm hơn đến nỗi khổ của chính họ, hay can đảm hơn, hay dũng cảm hơn. Nhà đạo đức kia thật lấu cá. Gánh vác nỗi khổ của người khác mới thật nặng nề làm sao.

23 tháng ba 1910

60. Niềm an ủi

Không thể tưởng tượng ra hạnh phúc và bất hạnh. Tôi không nói đến những thú vui đúng nghĩa hay những cơn đau, kiểu như thấp khớp, đau răng, hay những khổ hình dị giáo; những chuyện đó, người ta có thể có một ý niệm nhất định khi xem xét đến nguyên nhân, bởi các nguyên nhân gây ra một tác động chắc chắn; chẳng hạn như khi tôi bị nước sôi bắn vào tay, hay bị xe húc, hay bị kẹp tay vào cửa, trong tất cả các trường hợp này tôi đều đánh giá gần đúng độ đau đớn của mình, hoặc, theo như ta có thể biết, của người khác.

Nhưng ngay khi vấn đề là sắc thái các ý kiến làm ta hạnh phúc hay bất hạnh, thì ta không thể tiên liệu hay tưởng tượng điều gì, dầu là cho người khác hay cho bản thân mình. Mọi thứ phụ thuộc vào dòng suy nghĩ, và không phải cứ muốn thế nào là nghĩ được thế ấy; huống hồ người ta còn có thể được giải thoát, mà không biết tại sao, khỏi những ý nghĩ chẳng mấy dễ chịu. Như một vở kịch chẳng hạn, nó choán lấy ta, làm ta sao nhãng trong một tâm trạng mãnh liệt đến nực cười, nếu ta chú ý đến những lý do nghèo nàn, một bức phong sơn màu, một người đang gào rống, một phụ nữ khóc vờ; nhưng những màn bắt chước ấy lại lấy được nước mắt bạn, những giọt nước mắt thực thụ; trong một lúc bạn gánh trọn các nỗi đau của toàn thể con người qua những lời lẽ hoa mỹ rơm ròi. Một lúc sau đó, bạn đã ở cách xa khỏi mình và mọi khổ đau cả nghìn dặm, giữa một cuộc du ngoạn. Nỗi buồn và niềm an ủi đậu xuống và bay vút lên như những chú chim. Người ta đỏ mặt vì điều đó; đỏ mặt mà nói như Montesquieu^[79]: “Tôi chưa bao giờ có nỗi buồn nào mà một tiếng đọc sách không đủ sức xua tan”; mà rõ ràng là nếu ta tập trung đọc thực sự, thì ta sẽ bị hút vào thứ ta đang đọc.

Một người được xe hòm chở ra chỗ máy chém thật đáng thương; thế nhưng, nếu anh ta nghĩ đến chuyện gì khác, thì trong xe hòm anh ta chẳng khổ sở hơn tôi vào lúc này. Nếu anh ta đếm số lối rẽ hay số ổ gà, thì anh ta nghĩ đến các lối rẽ và các ổ gà. Một tấm áp phích trông thấy từ đằng xa, mà anh ta cố đọc cho bằng được, có thể làm anh ta bận tâm vào giờ khắc cuối cùng; chúng ta biết gì về chuyện đó? Và anh ta biết gì về chuyện đó?

Tôi được nghe chuyện của một anh bạn suýt chết đuối. Anh bị ngã xuống nước ngay khoảng giữa tàu và bến, và chìm dưới con tàu một lúc lâu; anh được kéo lên lúc đã bất tỉnh, vậy có thể nói là anh đã từ cõi chết trở về. Còn đây là hồi ức của anh. Anh thấy mắt mình mở thao láo trong nước, và thấy một sợi dây cáp lập lòe trước mặt; anh tự nhủ rằng mình có thể tóm được nó, nhưng lại hoàn toàn không muốn; cái hình ảnh mặt nước xanh ngắt và sợi dây lập lòe choán hết suy nghĩ của anh. Theo như anh kể với tôi, thì đó là những khoảnh khắc cuối cùng của anh.

26 tháng mười một 1910

61. Thờ cúng người chết

Thờ cúng người chết là một tục lệ đẹp, và ngày lễ dành cho người đã khuất^[80] được xếp hợp lý, vào thời điểm mà ta có thể thấy được, qua những tín hiệu khá rõ ràng, là mặt trời đang rời bỏ chúng ta. Những bông hoa héo khô, những chiếc lá vàng và đỏ bị ta giẫm lên, những đêm dài, và ngày thì uể oải hết như những buổi xế chiều, mọi thứ gọi lên nỗi mệt nhọc, sự nghỉ ngơi, giấc ngủ, thời đã qua. Năm cùng tháng tận giống với ngày tàn và khúc cuối cuộc đời; và vì tương lai vào lúc ấy chỉ hứa hẹn đêm đen với giấc ngủ, ý nghĩ quay trở lại một cách tự nhiên với những thứ đã an bài và trở thành sử gia. Như vậy có một sự hòa hợp giữa tập tục, tiết trời và dòng suy nghĩ của ta. Cũng bởi vì vậy mà sẽ có hơn một người, vào mùa này, gọi các linh hồn về để chuyện trò với họ.

Nhưng gọi thế nào đây? Làm sao để làm họ vui đây? Ulysse^[81] dâng họ đồ ăn; chúng ta mang hoa tặng họ; nhưng tất cả những món đồ cúng lễ đó chỉ nhằm hướng ý nghĩ của ta về phía họ và để bắt đầu cuộc chuyện trò. Điều khá rõ ràng là chúng ta muốn gọi suy nghĩ của người chết, chứ không phải thể xác họ; và cũng rõ ràng là ý nghĩ của họ nằm ngủ trong chính chúng ta. Điều đó không ngăn được những bông hoa, vòng hoa và những ngôi mộ phủ đầy hoa mang một ý nghĩa nào đó. Vì ta không nghĩ như mình muốn và vì dòng suy nghĩ của ta chủ yếu phụ thuộc vào điều trông thấy, nghe thấy, chạm thấy, việc hợp lý mà ta cần làm là tự ban cho mình một vài cảnh tượng, để qua đó tặng cho mình những mộng tưởng dường như gắn liền với những cảnh tượng ấy. Cũng nhờ đó mà các nghi lễ tôn giáo có giá trị. Nhưng chúng chỉ là phương tiện; không phải mục đích; do đó không nên đến viếng người chết như những người khác đi nghe nhạc lễ hay cầu kinh.

Người đã khuất không chết, điều đó khá rõ ràng bởi vì chúng ta đang sống. Người chết suy nghĩ, phát ngôn và hành động; họ có thể khuyên nhủ, mong muốn, đồng tình, trách móc; tất cả những điều ấy là có thật; nhưng cần phải nghe thấy chúng. Chúng nằm trong chúng ta; còn sống trong chúng ta.

Thế thì, bạn sẽ bảo, chúng ta không thể quên được người đã khuất; vậy nghĩ đến họ chẳng ích gì; nghĩ đến mình đã là nghĩ đến họ rồi. Đúng thế, nhưng điều khá phổ biến là người ta không hề nghĩ, không thực sự nghĩ, không nghĩ nghiêm túc, đến bản thân mình. Chúng ta quá yếu đuối và quá thất thường ngay trong mắt chính chúng ta; chúng ta ở gần mình quá; tìm ra một khoảng cách hợp lý trước bản thân mình để tất cả có được một tỷ lệ chân xác, thật chẳng dễ dàng. Vậy thì, người bạn của công bằng, người cứ nghĩ mãi đến cái công bằng mà anh ta muốn, là ai? Ngược lại, chúng ta nhìn người chết theo sự thật của họ, bằng thứ tình thương vốn bỏ qua những điều nhỏ nhặt; và sức mạnh khuyên nhủ của họ, thứ có lẽ là thực tế lớn nhất của con người, nằm ở chỗ họ không còn tồn tại nữa; bởi tồn tại là đáp trả những cú va chạm mạnh với thế giới bao quanh; là quên đi, hơn một lần trong ngày, hơn một lần sau mỗi giờ, lời thề nguyện rằng mình sẽ là như thế. Bởi vậy, thật là ý nghĩa khi tự hỏi mình điều mà người chết mong muốn. Và hãy nhìn cho kỹ, hay nghe cho kỹ: người chết muốn sống; họ muốn sống trong bạn; họ muốn cuộc sống của bạn khai triển một cách phong phú những gì họ đã từng mong muốn. Như thế, các ngôi mộ đưa chúng ta về với cuộc sống. Như thế, suy nghĩ của chúng ta hồ hởi nhảy vọt qua mùa đông sắp tới để chạm đến mùa xuân và đến tận những chiếc lá đầu tiên. Hôm qua tôi nhìn cảnh từ đỉnh hương sắp rụng lá, và đã thấy những chồi non.

8 tháng mười một 1907

62. Gribouille ^[82]

Người ta cứ ra sức ho, hy vọng sẽ khỏi cơn ngứa nhẹ trong cổ họng; nhưng với cái cách hay ho ấy, họ lại làm cho cổ họng rất bỏng, họ lại đứt hơi, và kiệt sức. Bởi vậy, tại bệnh viện hay trong các khu dưỡng bệnh, người ta đều dạy bệnh nhân làm sao để dừng ho, trước hết bằng cách cố hết sức kiềm chế cơn ho, tốt hơn nữa là nuốt nước bọt đúng lúc chuẩn bị bật ho, bởi cử động này sẽ loại trừ cử động kia, và cuối cùng là không để mình khó chịu và bực bội vì cơn ngứa nhẹ vốn có thể tự dịu đi ngay khi ta biết cách coi nó nhẹ như không.

Tương tự như vậy, có những bệnh nhân cứ hay gãi và qua đó tự tặng mình một dạng khoái cảm mơ hồ trộn lẫn với đau đớn, điều mà rồi sau đó họ sẽ phải trả giá bằng những cơn đau bỏng rát hơn. Cũng giống những người cứ ho lấy ho để, họ rơi vào một kiểu điên giận chống lại chính mình. Đó là phương pháp của Gribouille.

Sự mất ngủ cũng kéo theo những bi kịch cùng loại, làm ta phải gánh chịu nỗi đau do chính mình gây ra. Bởi không ngủ một lúc thì có làm sao, nằm trên giường đau đến nỗi tồi như vậy. Nhưng cái đau lại cứ ung lên, ta cứ tự bảo với chính mình là ta thêm ngủ, ta ráng hết sức để ngủ, ta dồn hết tâm trí vào đó, đến nỗi hai mắt ta cứ thao láo vì chính ý muốn và sự tập trung kia. Hoặc ta phát bực lên; ta đếm giờ đếm giây; ta thấy thật phi lý khi không sử dụng thời gian nghỉ ngơi quý báu tốt hơn; cùng lúc đó ta lại chồm lên, xoay dọc xoay ngang như cá giẫy trên bờ. Phương pháp của Gribouille.

Còn hoặc không, và ban đêm cũng như ban ngày, khi gặp phải vấn đề bực mình nào đó, hãy có dịp là ta nhớ lại; ta xem đi xem lại chuyện của chính mình như đọc một tiểu thuyết đen tối mở sẵn trên bàn. Ta tự nhận chìm mình vào sâu trong nỗi buồn như thế, ta tận hưởng nó, ta quay về với thứ mà ta sợ mình sẽ lãng quên, ta duyệt lại tất cả những nỗi đau mà ta có thể nghĩ ra. Ta xới nỗi đau của chính mình lên. Phương pháp của Gribouille.

Một anh chàng bị người yêu bỏ không muốn nghĩ đến chuyện gì khác; mà cứ nhớ lại những niềm hạnh phúc đã qua và những điểm hoàn hảo của cô nàng lãng nhãng, cùng cái thói lừa dối, và những sự bất công của mình. Anh ta ra sức tự đánh đòn mình. Lý ra anh ta phải nhìn nỗi bất hạnh của mình khác đi nếu không thể nghĩ sang việc khác; tự nhủ rằng cô kia chỉ là một cô nàng ngốc nghếch không còn tươi trẻ gì; tương tự như cuộc sống chung khi cô nàng về già; đong đếm kỹ càng những niềm vui đã qua; thể hiện sự hồ hởi của chính mình; gọi lại những phút bất đồng mà ta thường cho qua khi ta hạnh phúc, nhưng khi ta buồn thì lại có thể dùng làm nguồn an ủi. Cuối cùng tập trung chú ý vào một nét hình thể không đáng yêu của cô nàng, mắt, mũi, miệng, tay, chân, âm điệu; lúc nào mà chẳng có; tôi xin thú nhận rằng đó là một phương thuốc huyền diệu. Lao mình vào một công việc phức tạp hoặc một hoạt động khó thì sẽ dễ dàng hơn. Nhưng dù có thế nào, cũng cần phải tự an ủi mình thay vì chìm vào đau khổ như lao xuống vực. Và những người thành tâm chuyên chú làm như thế sẽ nguôi ngoai nhanh hơn họ nghĩ nhiều.

31 tháng chạp 1911

63. Dưới cơn mưa

Ở đời đã có sẵn quá nhiều khổ sở rồi, thế mà điều này vẫn chẳng ngăn người ta lấy trí tưởng tượng của mình để bồi thêm khổ sở. Ngày nào mà bạn chẳng gặp ít nhất một người than vãn về nghề nghiệp của mình, và bạn cũng thấy lời lẽ của anh ta khá là hùng hồn, bởi vì muốn phàn nàn về cái gì mà chẳng được, trên đời có cái gì là hoàn hảo đâu.

Là nhà giáo, bạn chắc hẳn mình đang phải dạy dỗ một lũ trẻ ngu ngơ vừa chẳng biết mô tê gì vừa chẳng quan tâm đến điều gì sất; là kỹ sư, bạn chết ngập trong biển giấy tờ sổ sách; là luật sư, bạn bào chữa trước những thẩm phán ngu gât vì quá trình tiêu hóa thay vì lắng nghe bạn. Điều bạn nói chắc là đúng thôi, tôi cho là như thế; những chuyện ấy luôn khá là thực để cho người ta có thể thốt ra thành lời. Đã thế, nếu bạn lại còn mang theo một cái dạ dày óc ách hay một đôi giày ngâm nước nữa, thì quả thật là tôi thông cảm với bạn vô cùng, quả là có chuyện để mà nguyên rửa cả cuộc đời lẫn con người, và cả Chúa Trời nữa cũng nên, nếu bạn chẳng may tin là ông ấy tồn tại.

Thế nhưng, hãy lưu ý một điều, rằng than vãn là bất tận trong khi sầu não thì vô đơn chí. Bởi, cứ than thân trách phận mãi như thế, bạn sẽ gia tăng những nỗi khổ sở của mình, bạn tự tước đoạt của mình mọi hy vọng cười vui, còn dạ dày bạn thì càng đau cuộn lên. Giả như bạn có một anh bạn cứ đặng cay ta thán về mọi thứ trên đời, chắc hẳn bạn sẽ gắng an ủi vỗ về đặng anh ta nhìn thế giới dưới một dáng vẻ khác. Vậy tại sao bạn không là bạn hiền với chính mình? Đúng thế, tôi xin nói, rất nghiêm túc, rằng chúng ta cần phải yêu bản thân một chút và tốt bụng với mình một chút. Bởi mọi thứ thường phụ thuộc vào thái độ đầu tiên của mỗi người. Một tác giả xưa đã nói rằng sự kiện nào cũng như một cái vỏ có hai quai, chọn quai sắc để xách nó lên, làm nó khóa đứt ngón tay, thì thật là thiếu khôn ngoan. Ngôn ngữ thông dụng vẫn gọi các triết gia là những người luôn chọn được văn từ hay nhất và đúng nhất trong mọi hoàn cảnh; họ nhắm vào tâm mà! Vậy vấn đề nằm ở chỗ biện hộ cho mình, chứ không phải buộc tội mình. Mà chúng ta, ai chẳng là luật sư biện hộ cừ khôi và được rèn luyện thuần thục đến mức ắt sẽ tìm ra cả khối lý do để mà vừa lòng, nếu chúng ta chọn đi con đường ấy. Tôi thường quan sát thấy là do vô tâm, và phần nào do cả lịch sự nữa, mà con người hay than phiền về nghề nghiệp của mình. Nếu hướng họ nói về những việc họ làm và những gì họ sáng tạo được, chứ không phải những thứ họ đang gò lưng chịu đựng, thì ta sẽ có ngay những thi sĩ, những thi sĩ hân hoan.

Trời mưa lâm thâm; bạn đang ở ngoài phố, bạn xòe ô; thế là đủ. Bạn còn than “lại cái cơn mưa chết giẫm này” mà làm gì; nói thế cũng đâu có động được đến mưa rơi, mây bay hay gió thổi. Sao bạn không reo lên: “Ôi! Cơn mưa nhỏ mát lành!” Tôi nghe thấy bạn nói gì rồi, reo lên thế cũng đâu có làm gì được với những giọt mưa; đúng quá; nhưng nó lại giúp cho bạn, chính bạn, sáng khoái; cả cơ thể bạn phấn chấn và âm sức lên, bởi tác động của niềm vui nhỏ nhoi nhất chính là đấy, và thế là bạn đủ sức đón nhận cơn mưa mà không mắc cảm.

Hãy coi con người cũng như cơn mưa vậy. Nào có dễ đâu, bạn sẽ lầm bầm. Thế mà có đấy, dễ hơn so với mưa nữa là đằng khác. Bởi nụ cười của bạn chẳng mấy may ảnh hưởng đến cơn mưa, nhưng lại tác động rất lớn đến con người, và chỉ cần cười theo thôi là họ đã bớt phần buồn bã và chán nản rồi. Chưa kể, khi nhìn vào chính mình, bạn còn dễ dàng tìm ra những lý do để bỏ qua cho họ. Sáng nào Marc-Aurèle^[83] cũng tự nhủ: “Hôm nay mình sẽ gặp một gã hợm hĩnh, một kẻ dối trá, một ông kẻ bất công, một nhân vật lắm lời buồn tẻ; vì vô tri mà bọn họ thành ra như thế.”

4 tháng mười một 1907

64. Sục sôi

Chiến tranh cũng như cảm xúc. Một cơn nóng giận không bao giờ biện giải được bằng những nguyên nhân mà người ta nêu ra để trấn tĩnh, ví như những lợi ích đối nghịch nhau, những ganh đua, hằn thù. Luôn có những hoàn cảnh thuận lợi có thể ngăn bị kịch xảy ra. Cãi cọ, ẩu đả, giết chóc thường nảy sinh từ một sự trùng hợp ngẫu nhiên. Giả sử có hai người cùng giới, và chuyện họ cãi vã nhau dường như là đương nhiên, nhưng họ lại bị chi phối bởi những lợi ích to lớn, và về lâu dài, ở hai thành phố khá biệt lập với nhau; thực tế hết sức đơn giản này thiết lập hòa bình, điều mà lý lẽ hẳn sẽ làm không nổi. Mọi cảm xúc đều do hoàn cảnh sinh ra. Nếu hai người kia ngày nào cũng chạm mặt nhau, như người thuê nhà và người gác cổng, thì những hậu quả đầu tiên đến lượt chúng sẽ biến thành nguyên nhân, mà cơn nóng hay giận dữ lại là những tâm trạng khiến người ta cảm nhận hậu quả một cách gay gắt nhất, thế nên mới có sự mất cân xứng nực cười giữa nguyên nhân đầu tiên và hậu quả sau cùng.

Khi một đứa trẻ gào khóc, tức là đang xảy ra một hiện tượng cơ thể đơn thuần mà bản thân đứa trẻ không hay biết, song bố mẹ hay thầy cô cần phải lưu ý. Gào thét làm đứa bé đau đớn đã đành nhưng còn làm cho nó bức bối hơn nhiều. Lời đe nẹt, tiếng la hét càng khiến xung động thêm dữ dội. Chính cái giận lại nuôi dưỡng cái giận. Bởi vậy cần tác động trực tiếp lên thân thể, bằng xoa bóp đơn giản, hoặc thay đổi cảm giác. Trong những trường hợp đó, tình mẫu tử cho thấy tính khoa học hầu như không thể sai lầm của nó bằng việc dẫn dắt, nựng nịu hay đu đưa em bé. Người ta trị co rút cơ bắp nhờ xoa bóp; mà một cơn co giật của trẻ con hay của bất kỳ ai khác đều là một tình trạng co rút cơ bắp cần được chăm sóc bằng thể dục và âm nhạc, như người xưa^[84] vẫn dạy. Còn với cơn giận, những lý lẽ đúng đắn nhất không những hoàn toàn vô dụng mà còn thường xuyên gây tác hại, bởi chúng gọi cho trí tưởng tượng tất cả những gì có thể kích cho cơn giận lại sôi lên.

Những lưu ý này giúp ta hiểu chiến tranh đáng sợ như thế nào và luôn luôn có thể tránh được ra sao. Đáng sợ bởi tâm trạng sôi sục một khi đã lan rộng thì sẽ tác thành chiến tranh, kể cả vì những lý do vô cùng nhỏ mọn. Luôn luôn có thể tránh được, bất kể nguyên do là gì, nếu lòng sôi sục tuyệt đối không can dự vào. Dân chúng phải lưu tâm xem xét các quy luật thậm đơn giản này. Bởi họ vẫn chắc mẫm trong cam chịu: “Cái thân tôi khốn khổ thế này thì làm được gì để giữ hòa bình ở châu Âu cơ chứ? Lúc nào những nguyên nhân xung đột mới cũng có thể trở dậy. Có bao nhiêu ngày thì có bấy nhiêu vấn đề nan giải; giải pháp ở chỗ này làm khủng hoảng nổ ra ở chỗ khác; gỡ nút này chỉ tỏ thất nút khác, như một cuộn dây rối ấy. Thôi thì cứ mặc chuyện tất yếu đi.” Điều đó thì đúng, nhưng lẽ tất yếu đâu có dẫn về phía chiến tranh, như cả muôn ngàn ví dụ đã cho thấy quá đủ rồi. Mọi chuyện đều có thể dàn xếp và đều có thể lại rối beng. Tôi đã trông thấy bờ biển vùng Bretagne được xây hào đắp lũy chống lại quân Anh; song các nhà tiên tri gỡ mồm có phán gì thì chiến sự cũng đã không nổ ra ở đó. Sự sôi sục mới là mối nguy thực thụ; và ở đây thì ai cũng là vua của chính mình và có thể điều gió khiến giông trong lòng mình. Một thứ quyền lực vô biên, mà quân chúng phải học cách vận dụng. Nhưng trước tiên cứ hạnh phúc đi đã, như nhà thông thái từng khuyên nhủ, bởi hạnh phúc không phải là kết quả của hòa bình, mà chính là nền tảng của hòa bình.

3 tháng năm 1913

65. Épictète

“Gạt bỏ hết mọi suy nghĩ sai lầm là hết khổ sở.” Épictète đã nói như thế. Lời khuyên thật chí lý cho tất cả những ai cứ mong đợi dải ruy-băng đồ gấm huy chương rồi nằm đó mà thao thức trần trọc vì nghĩ mình chẳng được nhận. Đó là vì anh ta khoác lên dải ruy-băng một tầm quan trọng thái quá, người nào nhìn nhận nó đúng với bản chất của nó, một ít lụa, một ít phẩm nhuộm màu, thì sẽ không vì nó mà bắn lên. Épictète có cả kho ví dụ hiểm hóc, chẳng hạn như chuyện một người bạn khoác vai ta đây thiên ý và nói: “Trông cậu đến là ừ ừ chỉ vì không được ngồi đúng chỗ mà cậu muốn trong đấu trường này, chỗ mà cậu cho rằng phải được dành cho cậu”, anh ta bình phẩm. “Vậy lại đây xem nào, giờ trường đấu đã trống không rồi; đến sờ cái phiến đá tuyệt diệu này này; mà cậu ngồi lên đó luôn cũng được.” Phương thuốc là như nhau cho mọi nỗi sợ hãi và mọi cảm giác gây ức chế; cần phải đi thẳng vào sự việc xem thực chất đó là cái gì.

Vẫn là Épictète nói với người qua đường: “Anh sợ cơn bão này cứ như anh phải hút cạn biển cả không bằng; nhưng, anh bạn thân mến ơi, chỉ cần hai gáo nước là anh chết chìm rồi còn đâu.” Rõ ràng những đợt sóng khủng khiếp phản ánh rất kém hiểm nguy thực tế. Người ta hay nói và nghĩ “biển cả hung hãn, vực sâu găm thét, những cơn sóng điên cuồng, đe dọa, tấn công.” Điều đó không hề đúng. Đó chỉ là những cơn lúc lắc chao đảo vì trọng tải con tàu, vì thủy triều hay gió rít; chẳng có số phận hăm hiu nào; không phải âm thanh kia hay chuyển động kia sẽ kết liễu đời anh; chẳng có định mệnh nào cả; người ta có thể thoát khỏi một vụ đắm tàu nhưng lại chết chìm trong một vùng nước lặng. Vấn đề thực chất là thế này: anh có ngoi đầu lên khỏi mặt nước mà tìm lối thoát hay không? Tôi đã nghe kể rằng những thủy thủ lão luyện, khi tiến đến gần một mỏm đá định mệnh nào đó, thì nằm dài xuống thuyền rồi che mắt lại. Như vậy chính những câu chuyện về mỏm đá định mệnh đã giết chết họ. Thi thể họ, dạt lên cũng chính bãi biển ấy, là chứng tích của suy nghĩ sai lầm. Người nào chỉ đơn giản nghĩ đến những mỏm đá, những dòng thủy lưu, những vùng nước xoáy, tóm lại là nghĩ đến những sức mạnh gắn kết với nhau và hoàn toàn có thể giải thích được, thì hẳn sẽ thoát khỏi cảm giác kinh hoàng và có lẽ thoát khỏi tai họa nữa. Chừng nào mà ta còn suy xét được thì chừng ấy, tại một thời điểm nào đó, ta chỉ nhìn thấy duy nhất một mối hiểm họa nào đó mà thôi. Người đấu tay đôi khôn khéo sẽ không hề run sợ, bởi anh ta thấy rõ mình và đối thủ đang làm gì; nhưng nếu anh ta tự nộp mình cho số phận, thì chưa cần đến lưỡi gươm, cái nhìn đen tối rình rập xung quanh đã đâm trúng anh ta rồi; và nỗi sợ này còn kinh khủng hơn cả tai ương.

Một người bị sỏi thận sắp được phẫu thuật cứ tưởng tượng một khoang bụng bị mổ phanh ra và máu ồ ộc chảy. Nhưng bác sĩ phẫu thuật thì không. Ông biết rằng mình sẽ không cắt đi một tế bào nào; ông chỉ tẽ các tế bào trong cái bầu đoàn đông đảo ấy ra để lách lấy lõi đi; có thể ông sẽ để rỉ ra một ít thứ chất lỏng đỏ tươi bao quanh chúng, nhưng chắc còn ít hơn so với một vết đứt tay không được băng cẩn thận. Ông biết đâu là những kẻ thù thực thụ của các tế bào, những kẻ thù khiến chúng phải cấu tạo nên lớp mô dày làm sắt cũng phải bật ra; ông biết rằng kẻ thù ấy, con vi khuẩn ấy, đang ở trong viên sỏi chặn đường bài tiết tự nhiên; ông biết rằng lưỡi dao của mình mang lại sự sống chứ không phải cái chết; ông biết rằng một khi kẻ thù bị đẩy lui, toàn bộ chu trình sẽ phục hồi ngay tức tức, giống như khi ta thấy một vết đứt được làm sạch lành nhanh chẳng kém gì lúc nó xảy ra. Tự hình thành trong đầu những ý nghĩ đó, loại bỏ những suy nghĩ sai lầm ra, có làm như thế thì bệnh nhân cũng không khỏi sỏi thận; nhưng ít ra thì anh ta cũng khỏi bệnh sợ hãi.

10 tháng mười hai 1910

66. Chủ nghĩa khắc kỷ

Có lẽ chúng ta đã hiểu sai các triết gia khắc kỷ lừng danh, như thể họ chỉ dạy chúng ta mỗi cách phản kháng trước bạo chúa và coi thường khổ ải mà thôi. Riêng tôi, tôi nhìn ra nhiều cách vận dụng sự thông thái rắn rỏi của họ, đầu chỉ để chống lại mưa giông. Suy nghĩ của họ, như ta đã biết, cổ súy sự vận động nhằm tự tách mình ra khỏi cảm giác khó chịu, rồi coi nó như là khách thể bằng cách tuyên bố với nó: “Mi là sự vật; mi không phải là ta.” Ngược lại, những người không biết gì về nghệ thuật sống kiểu ông vua ngự trên ghế đầu ấy cứ để mưa giông ngấm vào bên trong mình và nói: “Con giông mới ở đằng xa mà tôi đã ngủ thấy rồi; tôi vừa nóng ruột vừa bức bối. Vậy hãy nổ sấm chớp đi cho rồi, ông trời ơi!” Đó là cách sống đúng kiểu động vật chẳng lý gì đến tư duy. Bởi, như vẻ bên ngoài cho thấy, động vật biến đổi hoàn toàn trước cơn giông đang ập đến, như cây đổ rạp xuống dưới nắng gắt và vươn thẳng dậy trong bóng râm; nhưng động vật đâu biết gì nhiều về điều đó, cũng như chúng ta chẳng hay mình vui hay buồn trong giấc ngủ chập chờn. Tình trạng đờ đẫn ấy cũng tốt với con người, và luôn luôn có tác dụng xoa dịu, ngay cả trước những nỗi đau khổ sâu thẳm nhất, với điều kiện kẻ sầu muộn phải thả lỏng hoàn toàn; ý tôi nói là theo nghĩa đen; chân tay cần được kê cho thật thoải mái và toàn bộ cơ bắp cần chùng xuống; có một nghệ thuật nén cơ bắp khi chúng đang nghỉ ngơi, vốn là một kiểu xoa bóp từ bên trong và đối lập với sự co rúm, nguyên nhân gây giận dữ, mất ngủ, căng thẳng. Với những người không ngủ được, tôi vẫn nói: cứ bắt chức con mèo mệt phờ ra ấy.

Bây giờ, nếu người ta không thể đẩy mình xuống trạng thái động vật ấy, vốn là bản chất của đức hạnh theo Epicure, thì phải choàng tỉnh dậy, và nói theo cách nào đó là chồm lên, với cho tới đức hạnh khắc kỷ; bởi cả hai đức hạnh ấy đều hay cả, và chỉ có cái lưng chùng ở giữa là vô giá trị. Nếu không thể ngụp mình vào trong trạng thái mưa giông, thì phải đánh bật nó đi, tách mình ra khỏi nó; phải nói: đó là mưa giông, chứ không phải ta. Việc đó khó hơn, hẳn nhiên rồi, khi bạn đứng trước sự trách móc vô căn cứ hay nỗi thất vọng hay lòng đổ kỵ; những cơn vật xấu xa ấy cứ bám riết lấy bạn. Nhưng vẫn cần phải khôn ngoan tự như: “Vì thất vọng mà mình buồn chứ không có gì kỳ bí cả; chuyện tự nhiên như mưa rơi, gió thổi thôi.” Lời khuyên này làm những người lắm xúc cảm tức tối; họ tự ràng buộc mình, tự trói buộc mình; họ ôm khư khư lấy đau khổ. Tôi thấy họ giống một đứa trẻ cứ rống lên như con lừa và bực tức khi thấy mình ngu đần đến nỗi la to hơn nữa. Lẽ ra đứa trẻ có thể tự giải thoát cho mình bằng cách nói: “Thế thì đã sao? Chỉ là trẻ con kêu la thôi mà.” Song nó lại chưa biết phải sống như thế nào. Mà nói cho cùng, chẳng mấy ai biết tới nghệ thuật sống. Nhưng trong các bí quyết hạnh phúc, tôi chỉ nắm giữ có đúng một bí quyết mà thôi, đó là thờ ơ với tính khí của chính mình; bị khinh thường như thế, tính khí sẽ rơi trở lại kiểu sống động vật, như chó đi về ổ. Và đó là, theo tôi nghĩ, một trong những điểm tối quan trọng của đức hạnh đích thực; tự tách mình khỏi những lỗi lầm, luyến tiếc của chính mình và khỏi mọi sự khổ sở của suy tư. Hãy nói rằng “Con giận này, khi nào nó muốn thì nó sẽ nguôi ngoai.” Giống như đứa trẻ kêu la mãi mà người ta không nghe thấy, cơn giận sẽ tiêu tan ngay. George Sand^[85] sáng suốt đã tái hiện rõ tâm hồn đế vương ấy trong *Consuelo*, một tác phẩm xuất sắc mà chẳng có mấy ai đọc.

31 tháng tám 1913

67. Hãy tự tiết mình

Hôm qua tôi đọc được một mẫu rao vặt, loại rao vặt mà ta vẫn hay gặp trên báo: “Bí mật lớn lao, cách chắc chắn để thành công, để tác động lên tinh thần người khác và điều khiển nó sao cho có lợi. Đó là một chất lỏng sống mà ai cũng có sẵn nhưng chỉ mình giáo sư lòng danh X. là biết cách sử dụng. Ông sẽ dạy bạn với mức phí mười quan. Từ nay ta có thể nói rằng chỉ những ai không đủ sức trả mười quan tiền thì mọi sự mới xoi hỏng bống không, v.v...” Do tờ báo kia sẽ không in những dòng này miễn phí, nên có cơ sở để tin rằng vị giáo sư thành đạt, người rao bán thứ chất lỏng kỳ diệu nọ, cũng có khách hàng.

Ngẫm về chuyện đó, tôi nảy ra ý nghĩ rằng vị giáo sư này có lẽ khôn khéo hơn ông ta tưởng nhiều. Bỏ qua chất lỏng kia, thật ra ông ta làm gì? Nếu quả thật là ông ta có thể tạo được chút lòng tin cho người ta, thì ông ta đã làm được nhiều lắm rồi; đã là đủ để khách hàng của ông ta vượt qua những khó khăn nho nhỏ mà họ cứ tự dựng lên thành núi non. Sự rụt rè là một vật cản lớn, và thường là vật cản duy nhất.

Nhưng tôi còn thấy nhiều điều hơn thế nữa. Tôi thấy ông ta rèn cho họ sự chú ý, tư duy, trật tự, phương pháp, điều mà có khi chính bản thân ông ta cũng không nhận ra. Trong mọi hình ảnh giả định về chất lỏng kia, luôn phải tưởng tượng ra ai đó hoặc cái gì đó một cách mạnh mẽ. Tôi đồ rằng vị giáo sư cho họ tập luyện dần, cho đến khi họ biết cách tập trung sự chú ý của mình. Chỉ với điều đó thôi, ông ta đã xứng đáng thu tiền về. Bởi, điều đầu tiên là mọi người, qua cách ấy, thôi nghĩ về bản thân mình, về quá khứ, các thất bại, nỗi mệt nhọc và cả cái bao tử của mình nữa; và thế là họ trút được cái gánh nặng càng lúc càng chồng chất lên; trong khi biết bao người cả đời chỉ kêu ca với chē bai! Thứ nữa, nhờ vậy họ suy nghĩ rất nghiêm túc về những điều họ muốn, những hoàn cảnh, những con người, và theo một cách tách bạch rạch ròi, chứ không còn trộn tất cả vào với nhau rồi xem đi xem lại, như thỉnh thoảng người ta vẫn làm trong mơ. Thành công có đến với họ sau đó thì tôi cũng chẳng lấy gì làm ngạc nhiên. Tôi không tính đến những ngẫu nhiên có lợi cho vị giáo sư. Còn những ngẫu nhiên bất lợi, ai sẽ nhắc đến chúng đây? Người ta thường nghĩ rằng mình có nhiều kẻ thù, thật là lầm lẫn. Người ta không để lại nhiều hậu quả đến thế; nhưng thông thường thì họ vun đắp một cách chăm chút quan hệ với kẻ thù hơn là quan hệ với bạn bè. Bạn tưởng là người này muốn chơi xấu bạn; có khi anh ta đã quên bég đi rồi; nhưng còn bạn, bạn quên không đặt; chỉ có điều, bằng sắc mặt, bạn nhắc anh ta nhớ ra những món nợ phải trả. Con người chẳng mấy khi có kẻ thù nào khác ngoài bản thân anh ta. Anh ta luôn luôn là kẻ thù lớn nhất của chính mình, vì những phán đoán sai lạc, những nỗi sợ hãi, sự tuyệt vọng, những lời lẽ sâu thẳm mà anh ta cứ tự thốt ra với mình. Nói với một người một cách đơn giản rằng “số phận của anh phụ thuộc vào chính bản thân anh” là một lời khuyên xứng đáng với giá mười quan; chưa kể người ta còn được thu thêm cái chất lỏng kia nữa.

Vào thời Socrates^[86], ai cũng biết là ở Delphes có một bà đồng được thần Apollon^[87] mách bảo và thường rao bán thiên ý về đủ mọi chuyện thượng vàng hạ cám. Tuy nhiên, vị thần trung thực hơn nhân vật bán chất lỏng của chúng ta, nên đã ghi bí mật của mình ngay phía trên cổng đền. Khi một người đến xem mệnh, để biết sự đời sẽ phò trợ hay cản bước mình, thì trước khi bước vào đền, anh ta có thể đọc được lời phán truyền sâu sắc này, lời phán truyền có ích cho tất cả mọi người: “Hãy tự biết mình.”

23 tháng mười 1909

68. Tính lạc quan

“Cầu Chúa cho đó không phải là ông gác ruộng”, mấy cô nữ sinh nội trú ngây thơ trốn học đi lang thang ngoài đồng cầu khẩn như thế, lo thất ruột khi thấy một bóng người tiến lại gần. Tôi đã nhiều lần xem xét ví dụ này, cái mà tôi sẽ gọi là kiểu mẫu về sự ngây ngô, trước khi hiểu được nó từ góc độ con người. Quả thật là ở đây mọi thứ lẫn lộn hết vào nhau; nhưng có lẽ lẫn lộn trong ngôn từ nhiều hơn là trong ý nghĩ, như chuyện thường thấy ở tất cả chúng ta, những kẻ học nói rồi mới học nghĩ.

Tôi nhớ lại câu chuyện trên khi một người khá sáng láng đã giậm chân phản đối cái kiểu “lạc quan tếu, hy vọng mù quáng, tự dối mình” ấy. Anh ta đang nói về ông Alain đấy, bởi cái nhà ông triết gia ngây thơ, và gần như còn chất phác này, bất chấp những bằng chứng khá hiển nhiên, cứ khẳng khẳng tin rằng con người thường chủ tâm trung chính, khiêm nhường, biết lẽ phải và thân ái; rằng hòa bình và công lý sẽ cùng nhau đến với chúng ta; rằng tinh thần thương võ sẽ tiêu diệt chiến tranh; rằng cử tri sẽ bầu ra những người xứng đáng nhất cùng những nguồn an ủi sùng kính khác, dù cho những người này sẽ chẳng mấy may thay đổi các sự kiện. Điều ấy giống hệt như một người đi dạo tự nhủ mình ngay trước ngưỡng cửa: “Chà, chưa gì đám mây to sự kia đã phá hỏng buổi đi dạo của mình rồi; thật tình mình thích nghĩ là trời sẽ không mưa hơn.” Nhưng thà nhìn đám mây kia đen hơn trước rồi đem theo ô còn hơn. Anh ta đã xem nhẹ chuyện đó như thế đấy còn tôi thì được trăn cười; bởi lập luận đó của anh ta bày ra một vẻ ngoài đẹp đẽ, nhưng đó chỉ là một cái vỏ thiếu chiều sâu, còn tôi thì sớm được về nhà rờ tay vào bức tường thô nhám.

Có tương lai tự nó hình thành và có tương lai do ta tác thành. Và cả hai hợp nên tương lai đích thực. Trong cái tương lai tự nó hình thành, như giông bão hay hiện tượng thiên thực, thì hy vọng là vô ích, ta chỉ cần biết thôi, rồi quan sát bằng con mắt ráo hoảnh. Ta lau mắt kính thể nào thì phải lau màn sương ham muốn đang làm mờ con mắt thể ấy. Ý tôi đúng là như thế đấy. Những thứ từ trên trời rơi xuống, mà ta không bao giờ thay đổi được, đã dạy ta lòng nhẫn nhịn và óc chính xác, vốn là một phần đáng kể của sự khôn ngoan. Còn ở nơi trần thế, chỉ có những biến cải do con người tài trí tạo ra! Lửa, lúa mì, tàu thủy, chó huấn luyện, ngựa thuần hóa, biết bao thành quả mà con người hẳn đã không đạt được nếu như niềm hy vọng bị khoa học triệt tiêu.

Nhất là trong trật tự thế giới con người, nơi niềm tin dự phần vào các sự kiện, nếu không tính đến niềm tin của chính bản thân tôi thì tôi tính sai ngay. Tôi mà tin là mình sẽ ngã, thì tôi sẽ bổ chừng; tôi tin mình chẳng thể làm gì, tôi sẽ bó tay. Tôi tin là hy vọng sẽ đánh lừa mình, tôi sẽ bị nó qua mặt. Hãy lưu ý điểm này. Tôi muốn trời đẹp thì trời đẹp, muốn thiên tai có thiên tai; trước tiên là ở trong tôi; rồi với tất cả mọi thứ xung quanh tôi nữa, trong thế giới con người. Bởi tâm trạng tuyệt vọng, cũng như hy vọng vậy, đều lan từ người này sang người kia nhanh hơn cả các đám mây thay dạng đôi hình. Nếu tôi tin tưởng, tâm trạng ấy sẽ trung thực; nếu tôi chưa gì đã kết tội nó, nó sẽ ăn cắp của tôi. Các tâm trạng ấy ăn miếng trả miếng với tôi, sòng phẳng đến từng xu. Và hãy nhớ kỹ cả điều này nữa, rằng hy vọng, dựng trên nền những gì ta sẽ làm khi ta muốn, như hòa bình hay công lý, phải cần đến ý chí mới đứng vững được; trong khi đó tuyệt vọng lại tự nảy sinh rồi cứ thế mạnh lên bằng sức mạnh của những thứ có sẵn. Và đó là những lưu ý giúp chúng ta cứu những gì cần cứu trong tôn giáo song đã bị tôn giáo đánh mất, ý tôi muốn nói đến niềm hy vọng lớn lao.

28 tháng một 1913

69. Thả lỏng

Hôm qua có người nào đó đã phán xét gọn lỏn về tôi: “Lạc quan vô phương cứu chữa.” Chắc hẳn anh ta nói không rõ, vì ý anh ta bảo rằng, tôi là như thế từ trong bản chất và tôi sung sướng với chuyện ấy lắm, rằng một ảo tưởng có thiện chí đến mấy thì chung cuộc cũng chẳng bao giờ được coi là sự thật đâu. Nói như vậy là làm lẫn lộn những thứ đang tồn tại với những thứ người ta muốn cho nó tồn tại. Nếu ta chỉ xem xét thứ thuộc về mình như là đương nhiên mà không làm gì để chấn chỉnh, thì điều khiến ta bị quan sẽ thành hiện thực; bởi diễn tiến tâm trạng con người, ngay khi ta buông nó, nó sẽ lập tức chạy theo hướng tệ hại nhất; người nào buông xuôi theo cơn cầu bấn chẳng hạn, sẽ trở nên khổ sở và tàn nhẫn. Đó là điều không thể tránh khỏi bởi cấu trúc thể lý của chúng ta khi không được giám sát và điều khiển sẽ trục trặc ngay. Hãy xem một tốp trẻ con, chúng nhanh chóng trở nên thô bạo vô lối, nếu chơi mà không có luật. Ở đây xuất hiện quy luật sinh học theo đó tâm trạng kích động sẽ chuyển ngay thành tức giận. Hãy thử chơi trò đập tay với trẻ mà xem; chẳng mấy chốc trẻ sẽ nhập tâm vào trò chơi trong cơn cuồng nhiệt bắt nguồn từ chính hành động của mình. Một thử nghiệm khác: hãy khơi chuyện để làm cho một cậu bé phải lên tiếng; hãy tỏ ra ngưỡng mộ cậu ta một chút thôi; cậu ta sẽ chuyển sang kiểu ngổ ngáo ngay khi vượt qua được tính rụt rè. Bài học sẽ làm cho chính bạn cũng phải đổ mồ hôi, bởi nó thấm thía, và đồng thời cũng đầy cay đắng, với tất cả mọi người; người nào cứ thao thao bất tuyệt, không làm chủ được cỗ máy của mình, chẳng mấy chốc sẽ tuôn ra cả lũ những điều ngớ ngẩn để sau đó phải nguyên rủa bản tính của mình và tuyệt vọng với chính mình. Hãy phán xét một đám đông đang sôi sục theo cách ấy mà xem, bạn có thể chờ đợi ở đó đủ mọi cái ác có thể, chưa kể đủ mọi sự ngu ngốc có thể. Và bạn không nhầm lẫn đâu.

Những người hiểu được cái ác từ phía nguyên nhân sẽ học cách không nguyên rủa và không tuyệt vọng. Sự vựng về chi phối mọi thử nghiệm, bất kể ở thể loại nào. Cơ thể, nếu không năng tập thể dục, ngay lập tức sẽ nổi sùng lên và, trong vẽ tranh, đấu kiếm, cưỡi ngựa hay đối thoại, đều ngay lập tức ngấm sai và đương nhiên là chệch đích. Điều đó gây ngạc nhiên, và dường như cho thấy kẻ bị quan có lý; nhưng cần phải tìm hiểu từ căn nguyên, và điều cơ bản cần xét đến ở đây là sự liên kết giữa các cơ khiến cho chỉ cần một cơ nhúc nhích là kéo tất cả các cơ khác cử động theo, chứ không phải là các cơ cần hợp lực với nó đầu tiên. Kẻ vựng về dồn hết sức vào từng cử động nhỏ nhất, mà ban đầu ai chẳng vựng về, dẫu chỉ là để đóng một cái đinh. Tuy nhiên, kỹ năng không có giới hạn và có thể được tích lũy nhờ luyện tập; môn nghệ thuật và nghề nghiệp nào cũng chứng tỏ điều đó cả. Và tranh vẽ, cái đường nét do cử chỉ phác ra ấy, có lẽ là minh chứng hùng hồn nhất trong các minh chứng, nếu đó là một tranh vẽ đẹp mắt; bởi bàn tay nặng nề ấy, nôn nóng, bức tức, dính chặt vào toàn bộ cơ thể, lại có thể vẽ ra những nét nhẹ nhõm, ý tứ và tưởng như được thanh tẩy như vậy, trong khi vẫn phản ánh sự phán đoán và bản thân sự vật được vẽ. Và cái người cứ gào lên đến rất cổ buốt họng lại chính là kẻ sẽ hát ngân nga; bởi ai cũng thừa hưởng cái bó cơ run rẩy cứ rồi nù vào nhau kia. Cần phải gỡ chúng ra; và đó không phải là việc nhỏ. Và ai cũng biết rằng giận dữ và tuyệt vọng là những kẻ thù đầu tiên cần phải khuất phục. Cần phải tin tưởng, hy vọng và cười tươi; và làm việc cũng với thái độ ấy. Như vậy, bản chất con người thuộc kiểu, nếu ta không tự áp cho mình tinh thần lạc quan bất khả chiến bại như quy tắc đầu tiên trong mọi quy tắc, thì ngay lập tức sự bị quan đen tối nhất sẽ trở thành hiện thực.

27 tháng mười hai 1921

70. Kiên nhẫn

Lần nào tôi cũng nghe mọi người than khi tôi sắp đi tàu: “Đến tận giờ đó mới tới nơi. Chuyển đi sao mà lê thê và buồn tẻ thế!” Khổ cái là họ tin điều ấy; và ở điểm này tín đồ khắc kỷ của chúng ta thật muôn phần có lý khi nói: “Chùng nào thôi phán xét, chùng ấy bạn sẽ hết khổ sở.” Nếu nhìn nhận mọi việc theo cách khác, người ta sẽ coi chuyển đi như là một trong những niềm vui thú phần chấn nhất. Chỉ cần người ta gọi mở một quang cảnh có màu trời sắc đất, cảnh vật trôi đi như đang quay trên một bánh xe khổng lồ, tâm nằm mãi phía cuối chân trời kia, chỉ cần người ta phác ra cảnh tượng ấy, thì ai ai cũng sẽ ước ao được thấy nó. Và giả như người dựng cảnh còn đem thêm tiếng tàu xinh xịch và đầy đủ hợp âm của cuộc hành trình thì mọi vật sẽ hiện ra còn đẹp hơn nữa.

Tất cả các kỳ quan ấy, chỉ cần đặt chân lên tàu là bạn có thể sẽ được xem miễn phí; phải, miễn phí, bởi vì bạn trả tiền để được chuyên chở, chứ không phải để trầm trồ trước cảnh thung lũng, núi sông. Cuộc sống đầy ắp những niềm vui hứng khởi như thế, những niềm vui không làm ta tốn một đồng hào nào, thế mà ta lại chẳng mấy khi chịu tận hưởng. Có lẽ phải dựng rải rác khắp nơi những tấm biển đề bằng đủ loại ngôn ngữ: “Hãy mở mắt ra, hãy tận hưởng đi nào!”

Và bạn sẽ vực lại: “Tôi là lữ khách chứ có phải khán giả đâu. Một vụ làm ăn quan trọng đang cần tôi có mặt ở chỗ này chỗ kia càng chóng càng tốt. Tôi đang nghĩ đến nó đây, tôi đang đếm từng giây, từng phút, từng vòng bánh xe đây. Tôi nguyên rủa những chặng dừng này, nguyên rủa đám nhân viên lười nhác uể oải đầy hòm xiềng này. Tôi áy à, tôi đẩy hòm xiềng của mình băng băng trong tâm tưởng; tôi thúc tàu chạy nhanh hơn; tôi đẩy thời gian trôi mau hơn. Anh sẽ bảo thật là phi lý, còn tôi, tôi sẽ nói đó là lẽ tự nhiên thôi, không thể tránh được, nếu máu đang tuôn ào ạt trong tĩnh mạch ta.”

Có máu sục sôi trong tĩnh mạch thì chắc chắn là tốt quá rồi, nhưng những loài vật có ưu thế hơn trong cuộc sinh tồn trên trái đất này lại không phải là những loài nóng nảy nhất; mà là những loài biết tiết chế nhất, chúng canh giữ niềm đam mê của mình cho đến đúng thời điểm. Như vậy, kiếm thủ đáng sợ không phải là người giậm chân xuống sàn và chưa biết mình đi đâu đã cất bước; mà là người điềm tĩnh chờ lối đi mở ra rồi mới vụt qua như một cánh chim nhận. Tương tự, nếu bạn đang học cách hành động thì chớ đẩy toa tàu làm gì, bởi không cần bạn tác động nó vẫn tự di chuyển. Cũng đừng tìm cách đẩy thời gian trang nghiêm và không thể lay chuyển ấy, cái thời gian dẫn dắt toàn thể vũ trụ cùng nhau đi từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác. Sự vật chỉ chờ đúng một ánh mắt là đứng về phía bạn và nâng bạn lên. Hãy học cách trở nên đôn hậu và hữu hảo với chính bản thân mình.

11 tháng mười hai 1910

71. Thiện ý

“Thật khó mà hài lòng về ai đó được!” Câu nói nghiêm khắc này của La Bruyère khiến chúng ta phải thận trọng ngay. Bởi, lẽ thường đòi hỏi từng người phải thích nghi với các điều kiện thực tế của đời sống xã hội, và kết tội một người bình thường thật chẳng công bằng chút nào; đó là cái thói của kẻ hay oán ghét con người. Vậy nên, chẳng cần phải tìm hiểu nguyên nhân, tôi tránh soi xét đồng loại như thể mình là vị khán giả đã trả tiền chỗ ngồi và muốn người ta mua vui cho mình. Mà ngược lại, khi điếm lại cái thường thấy ở cuộc đời nhọc nhằn này, tôi cứ xếp luôn mọi thứ vào tình huống tệ hại nhất; tôi giả định là người nói chuyện với mình đang bị đầy hơi hay đau nửa đầu, đang căng thẳng chuyện tiền bạc hay đang chịu cảnh gia đình lục đục. Bầu trời vẫn vũ, tôi tự nhủ, trời tháng ba xanh xám lơ lơ, lúc nắng hanh, khi gió bắc; nên tôi mang đủ cả ô lẫn áo choàng lông.

Rồi. Nhưng còn có thứ hay hơn để mà ngắm về chuyện này, nếu người ta nghĩ đến cái cơ thể thất thường của con người, vừa bị chạm nhẹ thôi đã run lên, lúc nào cũng bất ổn, cũng chực nổi khùng, làm những động tác và phát ra những lời nói tùy thuộc vào việc nó có khỏe không, mệt mỏi ra sao, và cả những hành động nằm bên ngoài nó nữa; ấy thế mà chính cơ thể đó lại là thứ phải mang đến cho tôi, như một bó hoa ngày lễ, cảm giác tự tại, sự tôn trọng và những lời nói êm ái mà tôi thấy dường như mình có quyền được hưởng. Tuy vậy, chính bản thân tôi, kẻ quan tâm sát sao đến người khác, lại hầu như không thèm để ý đến mình; tôi ném ra những thông điệp mà chính tôi không hay, bằng cử chỉ máy móc, bằng cái nhíu mày; mặt tôi biến đổi theo nắng và gió. Tôi trung ra cho người khác thấy chính cái thứ sẽ khiến tôi sững sốt nếu bắt gặp nó ở anh ta, tức ở một con người, động vật có trí tuệ, mà người ta đánh giá hết quá cao rồi lại quá thấp, con người mà để đưa ra một dấu hiệu thì bộc lộ tới ít nhất là mười dấu hiệu khác, hay nói đúng hơn là phát tín hiệu bằng cả con người mình, chẳng biết cân nhắc chọn lựa gì cả. Trong cái hỗn hợp ấy, tôi, như kẻ đãi vàng, phải bỏ qua cát sỏi và nhận ra những vảy vàng li ti nhất; tôi chính là kẻ phải đi tìm; không ai sàng sảy những lời mình ném ra kỹ càng như khi lọc những điều mình nghe thấy. Vậy là tôi sẵn sàng tuân theo phép lịch sự, và còn hơn thế nữa; tôi hết sức tin cậy ở người khác; tôi gạt cận xỉ lại, chờ suy nghĩ đích thực của anh ta. Nhưng ở chỗ này tôi nhận ra một tác động khác mà người ta có cố lường trước mấy cũng không đủ. Thiện ý này, điều mà tôi đang cho thấy, ngay lập tức giải phóng cho người nhút nhát, khiến anh ta tiến lên, vũ trang đến tận răng và xù lông nhím. Tóm lại, giữa hai tính khí đang tiến về phía nhau như những đám mây, cần phải có một người nhoen miệng cười trước; và người làm việc ấy nếu không phải là bạn thì bạn chỉ là một kẻ xuẩn ngốc mà thôi.

Ta đâu thể nói hay nghĩ quá xấu về ai đó; cũng đâu thể nói hay nghĩ quá tốt về anh ta. Và bản chất con người sinh ra là không sợ làm méch lòng; bởi sự bức dọc, vốn truyền cho người ta lòng can đảm, kẻ kẻ theo sau tính nhút nhát; và cái cảm giác sợ làm người khác khó chịu lập tức kéo theo những cảm giác còn tệ hại hơn. Nhưng chính bạn, người đã hiểu những điều này rồi, phải làm sao để không bị cuốn vào trò chơi ấy. Đó là một trải nghiệm đáng kinh ngạc và tôi nghĩ bạn nên thử một lần; tự mình điều khiển tâm trạng của người khác dễ hơn điều khiển tâm trạng của chính mình nhiều; và những ai điều khiển một cách thận trọng tâm trạng của người đối thoại sẽ trở thành bác sĩ chữa tâm trạng cho chính mình, cũng bằng phương tiện ấy; bởi, trong đối thoại cũng như trong khiêu vũ, người này là tấm gương soi của người kia.

8 tháng tư 1922

72. Lời chửi rủa

Một cái máy hát bỗng ngưng trứ vào bạn một tràng những lời nhiếc móc sẽ làm bạn bật cười. Một người đang cúi gập, nhưng gần như im thin thít, bật dãi để nghe những câu chửi rủa cho hả giận, thì hầu như chẳng ai tin rằng sự chửi bới ấy, vô tình mang tính thóa mạ, đang nhắm vào mình. Nhưng khi câu chửi bới được ném ra từ một khuôn mặt, thì ai cũng sẵn sàng tin rằng tất cả những gì khuôn mặt đó nói đã được nghiền ngẫm trước, hoặc ít ra cũng được nghiền ngẫm ngay tại thời điểm đó. Điều gây làm lẫn chính là sự hùng biện của cảm xúc và kiểu ý nghĩa gần như luôn phô bày trong những lời lẽ bật ra không suy xét từ miệng mồm con người.

Descartes viết *Khảo luận về cảm xúc*, tác phẩm đẹp nhất của ông song chẳng được mấy ai đọc, chính là để giải thích cỗ máy của chúng ta, vì hình thức của nó lẫn lộn thói vốn đã ăn sâu thành nếp trong chúng ta có thể dễ dàng giả đò tư duy như thế nào. Ông cũng viết cho cả chúng ta nữa. Bởi, khi cúi giận, trước tiên chúng ta tưởng tượng ra trăm nghìn thứ khấp khịt với cơn thịnh nộ thể lý của mình và cũng là chừng ấy bằng có đầy gay gắt; rồi đồng thời ta sẽ tuôn ra những lời lẽ thường chất chứa giọng điệu chỉ chiết và vẻ chân thực làm chính ta cũng phải rung động như vai diễn của một nghệ sĩ cừ khôi. Nếu ai đó cũng hăng lên và đòi đối đáp với ta nữa, ta sẽ có ngay một màn kịch đẹp, song đó lại là một màn kịch mà suy nghĩ đáng lẽ phải đi trước lời nói đằng này lại lẻo đẻo theo sau. Sự thật trên sân khấu có lẽ nằm ở chỗ các nhân vật không ngừng trăn trở về những điều họ đã nói. Những lời họ thốt ra nghe như những lời tiên tri mà họ đang đi tìm ý nghĩa.

Trong một gia đình hòa thuận, những lời lẽ bột phát bật ra trong lúc nóng nảy thường đạt đến đỉnh điểm của sự lỗ bịch. Và cần phải biết cười xòa trước những kiểu bột phát tẻ hại ấy. Nhưng phần đông người ta hoàn toàn không biết gì về cơ chế tự động này của cảm xúc; họ ngây thơ dung nạp hết thảy, như các anh hùng trong trường ca của Homère. Từ đó mới nảy sinh những hằn thù phải nói là đầy tính tưởng tượng. Tôi ngưỡng mộ sự tự tin của một người đang căm hận. Một người phân xử hầu như không lắng nghe một nhân chứng đang nổi sùng đến mức thịnh nộ. Nhưng khi người nào có liên quan mà xem, anh ta sẽ tin chính mình ngay; anh ta sẽ tin tất tật mọi thứ. Một trong những sai lầm đáng kinh ngạc nhất của chúng ta là đợi cho cơn giận lôi những ý nghĩ đã cất sâu giấu kỹ từ lâu ra; tính trên xác suất một phần nghìn thì đó vẫn không phải là một điều đúng đắn; một người cần phải biết cách tự chủ khi muốn nói ra điều mà anh ta đang nghĩ. Điều đó rõ ràng đến hiển nhiên, nhưng do bị kích thích, nổi sùng lên, và vội vã tìm lời đối đáp mà bạn quên sạch. Linh mục Pirard tốt bụng trong tác phẩm *Đỏ và Đen* đã tiên liệu điều này: “Tôi sắp sửa nổi cáu rồi, có khi chúng ta nên ngưng nói chuyện với nhau”. Sự ngây thơ không thể đi xa hơn thế. Sao nào? Nếu cơn giận của tôi là từ dãi phát ra, ý tôi nói là từ mặt, dạ dày, và cổ họng của tôi mà ra, và nếu tôi biết rõ như thế, chẳng lẽ tôi không được huýt sáo la ó cậu diễn viên vụng về thâm ấy ngay giữa lúc cậu ta đang nói hay sao?

Có thể giả định rằng những câu mắng chửi, vốn là những lời bật ra hoàn toàn vô nghĩa, được tạo ra, theo một cách gần như là bản năng, để giải tỏa cơn giận mà không nói điều gì xúc phạm hoặc không thể cứu vãn được. Và như vậy những người đánh xe của chúng ta, giữa đám đông chen chúc, là những triết gia mà không hay. Nhưng thật thú vị khi thỉnh thoảng vẫn thấy giữa những viên đạn một viên vô tình sát thương. Người ta cứ việc mắng chửi tôi bằng tiếng Nga, tôi có hiểu gì đâu. Nhưng nếu chẳng may tôi biết tiếng Nga thì sao? Mọi câu chửi thật ra chỉ là những lời lẽ lú lú khó hiểu. Hiểu điều đó, là hiểu được rằng chẳng có gì phải hiểu cả.

17 tháng mười một 1913

73. Vui vẻ

Nếu tình cờ phải viết một bài luận về đạo đức, thì tôi sẽ xếp tính vui vẻ vào vị trí hàng đầu trong các nghĩa vụ. Tôi không biết thể loại tôn giáo kinh khủng nào lại đi dạy rằng đau buồn là vĩ đại và cao đẹp, và rằng nhà thông thái cần phải suy ngẫm về cái chết bằng cách đào huyệt tự chôn mình. Hồi mười tuổi, tôi có đến thăm tu viện La Grande Trappe^[88]; tôi đã thấy những huyệt mộ mà mỗi ngày họ khoét một chút, cùng nhà nguyện, chỗ quàn người chết, trong suốt một tuần để răn người sống. Những hình ảnh tang tóc và cái mùi xác chết ấy còn đeo đẳng tôi một thời gian dài; nhưng họ đã muốn chứng tỏ nhiều quá. Tôi không thể nói đích xác mình đã bỏ công giáo vào thời điểm nào, bởi vì tôi quên mất rồi. Nhưng ngay tại thời điểm đó, tôi đã tự nhủ: “Đó không thể là bí mật đích thực của cuộc đời được.” Cả con người tôi vùng lên chống lại đám thầy tu suốt mướt ấy. Và tôi đã tự giải phóng mình khỏi tôn giáo của họ như giải phóng mình khỏi một căn bệnh vậy.

Dẫu thế, trong tôi dấu ấn vẫn còn. Như trong tất cả chúng ta. Ta rên rỉ quá dễ dàng và vì những lý do quá lặt vặt. Thậm chí, khi hoàn cảnh giáng xuống một nỗi đau khổ thực thụ, ta cứ tưởng là mình phải biểu lộ nó ra. Về vấn đề này, những phán xét sai lệch nặng mùi ông từ^[89] còn rất phổ biến. Kẻ biết khóc ra trò sẽ được tha thứ hết. Thế nên cần phải xem người ta diễn những bi kịch nào trên các nấm mồ. Người đọc điệu văn như tan nát cõi lòng, lời nói ứ nghẹn trong cổ họng. Một người thời xưa hẳn sẽ phát thương hại chúng ta. Ông sẽ thảng thốt: “Sao cơ? Thế ra cái người đang nói không phải là người an ủi à. Thế ra đó không phải là người dẫn dắt cho người sống. Đó chỉ là một diễn viên bi kịch; một chủ trò về bi ai và chết chóc.”

Thế ông sẽ nghĩ gì về bài *Ngày Thịnh Nộ*^[90] man dại nhỉ? Tôi cho rằng ông sẽ xếp bài thánh ca này vào thể loại bi kịch. “Bởi”, ông sẽ bảo, “chính những lúc đứng ngoài nỗi đau khổ, tôi mới có thể tự tặng cho mình màn trình diễn về những cảm xúc gây suy sụp nặng nề nhất. Khi ấy, đó là một bài học tốt cho tôi. Nhưng ngay khi phải hứng chịu một nỗi đau khổ thực thụ, tôi không có nghĩa vụ nào khác ngoài việc chứng tỏ mình là con người và kiên cường bám trụ vào cuộc sống; tập hợp ý chí và sức sống trong tôi để chống lại vận bất, như một chiến binh đương đầu với kẻ thù; và nói về người chết trên tinh thần thân thiện và vui vẻ hết mức trong khả năng của mình. Còn họ, với nỗi tuyệt vọng ấy, họ làm người chết đến đỏ mặt mất thôi, giả như người chết có trông thấy họ.”

Đúng vậy, khi đã gạt bỏ những lời dối trá của các thầy tu, việc của chúng ta là sống sao cho xứng đáng và không tự dằn vặt nữa, rồi nhờ đó thôi dằn vặt người khác bằng những lời xót thương thông thiết. Và tốt hơn nữa, bởi mọi thứ đều có quan hệ với nhau, là để chống lại những nỗi khổ sở nhỏ nhỏ của cuộc đời, không kẻ lẻ, không giải bày về chúng hay phóng đại chúng lên. Tốt với người khác và tốt với chính mình. Giúp người khác sống, tự giúp mình sống, đó mới là lòng nhân ái đúng nghĩa. Lòng tốt là niềm vui. Tình yêu thương là niềm vui.

10 tháng mười 1909

74. Một phương cách trị liệu

Khi họ đã kể cho nhau nghe chuyện tắm dưỡng cùng các chế độ của mình xong, người nọ nói: “Mười lăm ngày nay tớ theo liệu pháp vui vẻ, và thấy sáng khoái kinh khủng. Có những lúc ý nghĩ trở nên sao mà chua chát, cái gì ta cũng kịch liệt chỉ trích hết, ta chẳng còn thấy cái gì là tốt đẹp nữa, ở người khác và ở bản thân mình cũng vậy. Khi suy nghĩ xoay theo hướng đó, thì có nghĩa là ta cần phải áp dụng liệu pháp vui vẻ. Nó nằm ở chỗ ta lấy tinh thần vui vẻ đối chọi lại mọi sự đen tối và nhất là những chuyện vụn vặt mà nếu đang không thực hành theo liệu pháp này thì ta sẽ cứ thế mà nguyên rủa. Trái lại, nếu tập theo nó, những nỗi bức dọc nhỏ nhất ấy lại vô cùng hữu ích, như các sườn dốc làm bắp chân trở nên săn chắc vậy”.

“Có những người tự tập lại,” người kia tiếp lời, “chỉ để đả kích với rên rỉ; bình thường thì người ta cứ tránh họ; nhưng ngược lại, khi theo liệu pháp vui vẻ thì người ta tìm đến họ; họ giống như những cái lò xo trong phòng tập thể dục vậy. Kéo được những cái nhỏ rồi thì người ta sẽ kéo được những cái to. Tương tự như vậy, tớ xếp bạn bè và người quen theo thứ tự cái kính tăng dần, và tớ lần lượt tập với những người này rồi đến những người kia. Khi họ sinh ra gay gắt còn hơn cả thường lệ và chửi rủa búa xua cả lên thì tớ tự nhủ: ‘Chà! thử thách ra trò đây; can đảm lên nào, trái tim tôi ơi; tiến lên; giải tỏa cơn rên rỉ này thôi’.”

“Thường thì mọi chuyện cũng tốt,” người khác chêm vào, “à ý tớ là xấu, đủ để dùng đến liệu pháp vui vẻ. Món thịt hầm cháy khét, bánh mì cũ, nắng gắt, gió thốc, phải tính toán toán, túi tiền sắp thủng, tất cả đều tạo cơ hội cho mình tập những bài tập bổ ích. Giống như trong đám bốc hay đấu kiếm, người ta tự nhủ: đòn hiểm kìa; vấn đề là tránh hay đỡ nó cho đúng cách. Bình thường, người ta bật lên gào thét như trẻ con, và phát ngượng vì đã gào nên càng gào thét to hơn nữa. Nhưng, khi theo liệu pháp vui vẻ, mọi chuyện diễn ra theo cách khác hẳn; người ta đón nhận sự việc như hứng dòng nước mát; người ta lắng mình, so vai qua lại; rồi người ta kéo giãn cơ bắp, thả lỏng chúng; người ta để thứ bắp nọ chồng lên thứ bắp kia như những tấm vải ướt; thế là dòng chảy sự sống tuôn trào như nước nguồn được khơi thông; người ta thấy ngon khi ăn; áo quần được giặt giữ phơi phóng; cuộc đời đầy vẻ đẹp tươi. Nhưng thôi,” anh ta chốt lại, “chào các cậu tớ đi đây; bây giờ mặt các cậu cứ hớn ha hớn hở; các cậu đâm ra vô tích sự cho liệu pháp vui vẻ của tớ rồi.”

24 tháng chín 1911

75. Vệ sinh tinh thần

Hôm qua tôi đọc một bài báo viết về một kiểu người có chấp, họ cứ nhìn sự vật dưới cùng một góc độ, cuối cùng đâm ra tự cho là mình bị ngược đãi, và nhanh chóng trở nên nguy hiểm, thế rồi chỉ còn cách là đem nhốt lại. Bài viết này đẩy tôi vào những ý nghĩ rầu rĩ (còn gì rầu cho bằng khi nhìn một người điên!) song lại nhắc tôi nhớ đến một câu trả lời chí lý tôi đã từng nghe. Khi người ta kể chuyện, trước mặt một nhà thông thái, về một kẻ nửa tỉnh nửa điên, vì huyền tưởng bị ngược đãi nên bị cồng chân triền miên, nhà thông thái nói: “Thiếu tuần hoàn trong máu, và thiếu tuần hoàn trong suy nghĩ.” Câu nói thật hay để ta suy ngẫm.

Chắc chắn mỗi chúng ta ai cũng có những ý nghĩ kiểu khủng điên, muốn bao nhiêu là có bấy nhiêu, ví như những mơ mộng hay liên tưởng kỳ cục giữa những hình ảnh với nhau. Chủ yếu chỉ có ngôn ngữ nội tâm là vấp vấp và thường đẩy ta, vì một lỗi diễn đạt, vào một suy nghĩ phi lý nào đó. Có điều ta không dừng lại đó. Ở người bình thường, đầu óc anh ta cứ loạn cào cào lên. Và chúng ta quên hết những điều điên khủng của mình nhanh đến mức chúng ta sẽ không bao giờ có khả năng trả lời chính xác cái câu hỏi nghe có vẻ hết sức đơn giản này: “Anh đang nghĩ gì thế?” Vòng tuần hoàn suy nghĩ này thường dẫn đến một sự phù phiếm và ảo trí nào đó. Thế nhưng nó chính là sức khỏe của tinh thần. Và, giả như phải lựa chọn, tôi thà làm người vô tâm còn hơn làm kẻ nghĩ quẩn.

Tôi không biết những người rắn dạy con trẻ và người đời đã nghĩ kỹ chuyện này chưa. Chứ nghe họ nói, người ta sẽ có cảm tưởng rằng điều chính yếu là phải có những suy nghĩ thật cố kết và kiên định. Họ tập cho ta sớm quen với điều đó bằng những bài tập ghi nhớ kỳ quái; và cả đời ta cứ kéo theo bên mình những chuỗi thơ dở tệ cùng những châm ngôn rỗng tuếch, khiến ta đi bước nào là vấp bước đó. Tiếp sau đó, họ nhốt chúng ta vào một chuyên môn lâm nhảm. Họ luyện cho ta nhai lại. Và điều đó theo năm tháng trở nên nguy hiểm, ngay khi tâm tính bắt đầu pha vị đắng vào những ý nghĩ của ta. Ta thâm ngâm nga nỗi buồn của mình, như đã từng học gạo địa lý bằng thơ.

Nhưng không phải vậy, cái ta cần làm là cởi nút tinh thần. Tôi sẽ đề ra quy tắc vệ sinh sau: “Đừng bao giờ có cùng một ý nghĩ hai lần.” Kẻ bị bệnh tưởng sẽ đáp lời: “Tôi chẳng biết phải làm sao nữa; bộ não tôi nó như thế và ít nhiều cũng được bơm máu mà.” Rõ ràng rồi! Nhưng vừa hay chúng ta có một phương pháp xoa bóp cho não; chỉ cần thay đổi ý nghĩ; và điều đó không hề khó, nếu ta được tập luyện. Có hai cách thực hành thanh tẩy đầu óc tuyệt đối hiệu nghiệm. Một là nhìn quanh và tự tặng mình một dòng cảnh tượng; cái này có bao giờ thiếu đâu. Cách kia là truy ngược từ kết quả về nguyên nhân, phương tiện chắc chắn để xua đuổi các hình ảnh đen tối. Bởi chuỗi nguyên nhân và kết quả đưa chúng ta vào một cuộc du hành, và ngay lập tức sẽ đi rất xa; đó cũng là một cách để xem bói, như thế, thay vì tìm hiểu xem suy nghĩ nào khiến bà đồng phán rằng tôi sẽ trở thành một người hà tiện, thì tôi muốn biết có làm sao mà miệng bà ta lại phát ra lời nói đó chứ không phải một lời nói khác; thế là tôi đi vào xem xét các nguyên âm và phụ âm, và xu hướng tự nhiên dẫn ta đi hết từ nguyên âm này đến phụ âm khác; toàn bộ ngữ âm học hiện ra. Một người nọ đã mơ một giấc mơ hơi đáng sợ. Và vì tôi đề nghị anh ta tìm những nguyên nhân đích thực của giấc mơ ấy, vốn hay nằm trong những cảm nhận gắn liền với những bất an nho nhỏ, nên anh ta lao vào các giả thuyết, và tôi thấy anh ta được giải thoát. Sự tuần hoàn đã được tái lập.

9 tháng mười 1909

76. Ngợi ca bầu sữa mẹ

Tôi gặp ở Descartes quan điểm cho rằng cảm xúc yêu thương có lợi cho sức khỏe, còn hận thù, trái lại, thì có hại. Ý tưởng quen mà không thân thuộc. Nói đúng hơn, người ta không hề tin vào nó. Thậm chí người ta có lẽ sẽ cười nhạo, nếu như Descartes không nằm gần như bên trên các đối tượng chế giễu giống như Homère hay Kinh Thánh. Thế nhưng ta sẽ đạt được một tiến bộ không nhỏ nếu con người dám lấy tình yêu thương để làm tất cả những gì họ vẫn làm trong thù hận, chọn lấy những gì đẹp đẽ nhất để yêu thương, trong đồng bùng bùng nào là người, hành động và kết quả; và đó chính là cách thức mạnh mẽ nhất để hạ thấp những thứ xấu xa. Nói tóm lại, cổ vũ âm nhạc hay sẽ tốt hơn, đúng đắn hơn và hiệu quả hơn là la ó ba thứ âm nhạc tồi. Vì sao ư? Vì xét về mặt sinh lý học, thương yêu thì mạnh còn hận thù thì yếu. Nhưng bản chất của người bị cảm xúc chi phối lại nằm ở chỗ anh ta không tin một lời nào trong những điều người ta viết về xúc cảm.

Vì vậy cần phải tìm hiểu từ phía nguyên nhân; và tôi lại tìm thấy các nguyên nhân ấy ở Descartes. Bởi tình yêu đầu tiên của ta, tình yêu xưa cũ nhất của ta là gì, ông nói, nếu không phải là tình yêu với dòng máu được nuôi dưỡng bằng thức ăn ngon, không khí trong lành, sự ấm áp ngọt ngào, và tóm lại là tất cả những gì nuôi lớn đứa trẻ sơ sinh? Chính trong những tháng năm đầu đời, chúng ta đã được học ngôn ngữ của tình yêu, đầu tiên là truyền từ nó sang chính nó, rồi được biểu đạt qua động tác nghiêng người của mẹ, qua sự hòa hợp tuyệt vời của các bộ phận sống đón nhận lấy dòng sữa ngọt. Cữ chỉ gạt đầu trước món xúp ngon cũng giống hệt sự chấp nhận đầu tiên này. Và ngược lại, hãy xem cái đầu và toàn bộ cơ thể đứa bé khuróc từ bát xúp quá nóng ra sao. Cũng theo cách ấy, dạ dày, trái tim, toàn bộ cơ thể nói không với mọi thứ thức ăn có khả năng gây hại, đến mức chối bỏ nó bằng cơn buồn nôn, cách mạnh mẽ nhất và xưa cũ nhất thể hiện sự coi khinh, chê trách và ghê sợ. Chính vì vậy, một cách ngắn gọn và đơn giản kiểu Homère, Descartes cho rằng ở bất kỳ ai, hận thù cũng làm cản trở quá trình tiêu hóa đúng cách.

Ta có thể phóng to, có thể thổi phồng cái ý tưởng tuyệt diệu này; ta sẽ không hề làm nó kiệt sức, ta sẽ không thấy nó bị giới hạn. Bài hát ca ngợi tình yêu đầu tiên là bài ca về bầu sữa mẹ, được cất lên bằng toàn bộ cơ thể đứa con, cái cơ thể huy động hết mọi phương tiện của mình để đón nhận, ngấu nghiến, hút lấy nguồn thức ăn quý. Và sự cuồng nhiệt khi bú sữa về mặt sinh lý học là hình mẫu đầu tiên và đích thực của mọi sự cuồng nhiệt trên đời. Ai mà không thấy hình tượng đầu tiên về nụ hôn ở đứa trẻ bú mẹ? Nó sẽ không bao giờ quên điều gì về lòng thành kính đầu đời; nó sẽ còn hôn cây thánh giá^[91]. Bởi các tín hiệu của chúng ta phải phát ra từ cơ thể ta. Và cũng giống như thế, cữ chỉ nguyên rửa là cữ chỉ xưa cũ của phổi nhằm khuróc từ thứ không khí vậy bản, cữ chỉ của dạ dày khuróc từ thứ sữa lên men chua, cữ chỉ của toàn bộ các mô tự vệ. Anh có thể hi vọng thu được gì từ bữa ăn đây, hỡi người đọc bất cẩn, nếu các món ăn của anh được chế biến từ gia vị là hận thù? Sao anh không đọc *Khảo luận về cảm xúc trong tâm hồn*? Quả thật, không chỉ có người bán sách của anh không biết đó là cái gì, mà cả chuyên gia tâm lý của anh cũng không. Biết đọc thôi gần như đã là tất cả rồi.

21 tháng Một 1924

77. Tình bạn

Trong tình bạn có những niềm vui tuyệt diệu. Điều này chẳng có gì khó hiểu nếu ta nhận thấy được rằng niềm vui là thứ dễ lây lan. Chỉ cần sự hiện diện của tôi mang lại cho bạn tôi một chút niềm vui thực thụ, thì đến lượt tôi cũng lập tức cảm thấy vui trước cảnh tượng vui vẻ ấy; như vậy tức là niềm vui mỗi người trao đi đã được đáp lại; những kho báu niềm vui được thả tung ra cùng một lúc, và hai người đều tự nhủ: sao trước đây mình chẳng làm gì với niềm hạnh phúc mà mình luôn có trong lòng.

Nguồn gốc của niềm vui là ở bên trong, tôi đồng ý như vậy; và không gì đáng buồn hơn là chứng kiến những người bực dọc với chính mình và với mọi thứ, họ chọc lẫn nhau để làm nhau cười. Nhưng cũng cần phải nói thêm, rằng con người vui sướng, một khi đơn độc, sẽ nhanh chóng quên đi là mình vui sướng; toàn bộ niềm vui của anh ta sẽ nhanh chóng ngủ thiếp đi; rồi tiếp đến sẽ xuất hiện một kiểu trạng thái ngu ngốc gần như là vô cảm. Cảm giác nội tâm cần đến các chuyển dịch ở bên ngoài. Nếu quả thật có tên bạo chúa nào đó nhốt tôi vào tù để dạy tôi là phải kính trọng kẻ mạnh, thì chế độ rèn luyện sức khỏe của tôi có lẽ sẽ là: cười mỗi ngày; tôi sẽ bắt niềm vui của tôi tập thể dục giống như đôi chân của tôi vậy.

Đây là một bó cành khô. Nhìn bên ngoài thì chúng trông ỉ như đất; nếu bạn để yên chúng ở đó, chúng sẽ hóa thành đất. Thế nhưng chúng lại chứa đựng bên trong mình một nhiệt lượng tiềm năng mà chúng đã hấp thu được từ mặt trời. Hãy đưa chúng lại gần đống lửa nhỏ bé nhất, chẳng mấy chốc bạn sẽ có được một lò lửa cháy tí tách. Chỉ cần làm mỗi việc là đập cửa và đánh thức kẻ đang bị giam.

Có nghĩa là, cần phải có một cách khởi động riêng để đánh thức niềm vui. Lúc đứa bé cười lần đầu, tiếng cười của nó không biểu đạt điều gì; nó cười không phải vì nó thấy sung sướng; mà nó thấy sướng vì đã cười thì đúng hơn; nó thấy thích cười, giống như nó thấy thích ăn; nhưng trước hết nó phải ăn cái đã. Điều này không chỉ đúng đối với tiếng cười, ta cần phải có lời lẽ để biết được những gì ta đang nghĩ. Ta không thể trở thành chính mình khi cô độc. Kẻ ngờ nghệch mà thích giảng giải đạo đức nói rằng yêu nghĩa là quên mình, quan điểm đó quá đơn giản, càng thoát ra khỏi con người mình thì ta càng là chính mình, nhờ vậy ta cũng cảm thấy rõ hơn là mình đang sống nhờ vào như thế. Đừng để gỗ của bạn mục đi dưới hầm nhà bạn.

27 tháng mười hai 1907

78. Về sự thiếu quyết đoán

Descartes bảo rằng thiếu quyết đoán là nỗi khổ lớn nhất. Ông nói điều đó hơn một lần, nhưng lại không một lần nào giải thích. Tôi không thấy có thứ ánh sáng nào soi rọi bản tính con người rõ ràng hơn thế. Ta tìm thấy ở đó lời giải thích cho mọi cảm xúc, cũng như cho toàn bộ sự biến động vô ích của chúng. Những trò may rủi, với thứ sức mạnh không được thấu tỏ, thứ sức mạnh tác động lên lý trí, được người ta ưa thích đến thế là bởi chúng cho người chơi khả năng quyết định. Điều đó giống như sự thách thức trước bản chất của sự vật, bằng cách đặt mọi thứ gần như đồng đẳng với nhau và nuôi dưỡng đến vô hạn các dự định nhỏ nhất của chúng ta. Trong trò may rủi, mọi thứ đều ngang bằng một cách chặt chẽ và cần phải lựa chọn. Cái rủi ro trừu tượng ấy giống như sự si nhục đối với tư duy; cần phải quyết định. Bài bạc trả lời tức thì; và không thể xuất hiện những nỗi ân hận dằn vặt suy nghĩ của ta; ta không thể ân hận bởi vì chẳng có lý do gì để ân hận cả. Ta không nói: “Phải chi mình biết được”, bởi luật chơi là ta không thể biết được. Tôi không ngạc nhiên khi trò đồ đen là phương thuốc duy nhất trị bệnh buồn chán, bởi vì nỗi buồn chán chủ yếu nằm ở chỗ người ta phải tính toán trong khi vẫn biết rằng tính toán chỉ là vô ích mà thôi.

Người ta có thể bắn khoả tự hồi một anh chàng suốt ngày cứ tương tư thao thức hay một kẻ đầy tham vọng bị vỡ mộng thì đau khổ chuyện gì. Dạng khổ sở ấy nằm hết trong suy tưởng, mặc dù ta cũng có thể nói rằng nó hoàn toàn do cơ thể mà ra. Tâm trạng xáo động xua tan cơn buồn ngủ chỉ vì những quyết định vô ích vốn chẳng giải quyết được việc gì nhưng, lần nào cũng như lần nào, xuất hiện trong cơ thể và làm cơ thể giật nảy lên như cá giẫy trên bờ cỏ. Có bạo lực trong sự thiếu quyết đoán. “Xong. Mình sẽ cắt đứt hết”, nhưng suy nghĩ ngay lập tức lại trưng ra những phương tiện để nhượng bộ. Kết quả xuất hiện ở chỗ này chỗ nọ mà vẫn chẳng đưa đến tiến bộ nào. Lợi ích của hành động có thực là làm ta quên bằng đi những gì không được quyết định và, nói đúng ra là không còn tồn tại nữa, bởi hành động đã thay đổi tất cả các mối quan hệ. Nhưng hành động trong tâm tưởng lại không là gì cả, và mọi thứ vẫn nguyên xi như cũ. Trong hành động nào cũng có trò đồ đen; bởi, cần phải chốt các dòng suy tư lại trước khi chúng xét vấn đề của chúng cho đến cạn cùng.

Tôi vẫn thường cho rằng sợ hãi, tức thứ xúc cảm trần trụi và nặng nề nhất, không là gì khác ngoài cảm giác về sự do dự trong cơ bắp, nếu có thể nói như thế. Người ta cảm thấy buộc phải hành động mà không sao hành động được. Sự bàng hoàng trung ra một vẻ hoảng sợ còn rõ ràng hơn thế nữa, bởi ở đó nỗi khổ sở chỉ bắt nguồn từ một mối nghi ngờ không thể vượt qua. Luôn xảy ra chuyện người ta suy nghĩ lung đến mức đâm ra vật vờ vì sợ hãi. Trong những nỗi khổ sở loại này, cũng như trong nỗi buồn chán, cái đáng sợ nhất là ta tự cho rằng mình không tài nào thoát được. Ta tự cho mình là một cỗ máy và tự khinh bỉ mình. Toàn bộ tinh thần của Descartes tập hợp trong phán xét tối thượng này, nơi có cả các nguyên nhân và thuốc chữa. Đó là một phẩm chất quân nhân, và tôi hiểu được tại sao Descartes lại muốn đi lính. Tướng

Turenne^[92] di chuyển không ngừng và qua đó tự giúp mình thoát khỏi nỗi khổ sở vì không biết phải quyết định ra sao, và chuyển nỗi khổ sở ấy sang phía kẻ thù.

Descartes làm như thế trong thế giới tư tưởng. Táo bạo trong tư tưởng và nhờ ý chí mà vận động không ngừng; luôn luôn quyết đoán. Sự do dự của một nhà hình học sẽ hết sức khôi hài, bởi nó sẽ là vô tận. Có bao nhiêu dấu chấm trên một đường thẳng? Và người ta có biết mình nghĩ gì khi nghĩ về hai đường thẳng song song không? Nhưng tinh thần của nhà hình học cả quyết rằng ta có biết và chỉ khẳng định một điều là sẽ không điều chỉnh gì cũng như sẽ không lật lại vấn đề. Trong một lý thuyết, nếu nhìn cho kỹ, người ta không thấy gì khác ngoài những sai lầm đã được xác định và khẳng định. Toàn bộ sức mạnh của tinh thần trong trò chơi này nằm ở chỗ không bao giờ tin rằng nó đang nhận định, trong khi nó đã quyết định rồi. Đó

là bí quyết của việc luôn luôn chắc chắn mà không bao giờ tin chắc về điều gì cả. Anh ta đã quyết^[93], một từ thật đẹp, và có tới hai nghĩa hàm.

10 tháng tám 1924

79. Quyết định

Nếu thiếu quyết đoán là nỗi khổ sở tệ hại nhất, thì người ta hiểu rằng lẽ nghi, chức phận, y phục, thời trang sẽ là những chúa tể ngự trị thế giới này. Mọi sự ngẫu hứng đều gây bức bối, không hẳn vì ta nghĩ mình có thể làm hay nói điều gì đó khác, mà đúng hơn là vì sự pha trộn hai kiểu hành động bên trong cơ thể làm cho các cơ bắp, bầy tôi tớ của chúng ta, hoảng sợ và, do hiệu ứng tức thời, làm cho cả trái tim, tên bạo chúa của chúng ta, cũng chộn rộn theo. Một người bị buộc phải lựa chọn mà không được chuẩn bị thì sẽ phát ốm ngay. Chính vì vậy mà tự do làm con người trở nên độc ác. Trẻ con là minh chứng cho điều ấy; không trò chơi nào thiếu luật là không rơi vào thô bạo cả. Về điều này người ta sẽ nhầm to nếu giả định rằng có những bản năng bạo lực lúc nào cũng căng lên như dây cung và phải để pháp luật trấn áp chúng. Thế nhưng luật pháp lại được ưa thích và, ngược lại, sự vắng bóng luật pháp gây bất an và bức tức vì thiếu chuẩn mực xác quyết, điều này sẽ dẫn tới sự quá đà. Con người trần trụi thì cuồng nhiệt. Bản thân trang

phục đã là một thứ luật lệ, và mọi luật lệ đều được ưa thích như trang phục. Vua Louis XIV^[94], người có quyền lực đáng ngạc nhiên và không thể lý giải được với những người tiếp xúc với ông nếu chỉ nhìn bề ngoài; điều đó bắt nguồn từ tất cả các đạo luật được ông thiết lập để quy định về cách thức dậy, đi ngủ, về ghế đặt bô trong phòng. Điều đáng nói là, hoàn toàn không phải vì ông có quyền lực nên ông mới áp đặt được các luật ấy, mà ngược lại, phải nói rằng ông có quyền lực vì bản thân ông chính là luật pháp; từng người một quanh ông luôn biết, hoặc gần như thế, là mình cần phải làm gì; từ đó mà có ý tưởng về nền hòa bình kiểu Ai Cập^[95].

Chiến tranh có tất cả mọi thứ để bị chán ghét; nhưng ở đây lập luận này đã nhầm to; bởi cánh đàn ông lập tức tìm thấy sự bình yên trong đó; ý tôi nói thứ bình yên đích thực, nằm trong da thịt chúng ta. Từng người một biết mình phải làm gì. Lý trí có khơi ra nỗi bất hạnh cũng vô ích, bởi nó không hề làm người ta sợ hãi; nó không sao che lấp được sự hào sảng trong tâm khảm; mỗi người nhìn thấy một chức năng, cũng chính là số phận của anh ta, được xác định rõ ràng, cùng những hành động mà anh ta không thể trì hoãn; toàn bộ tâm trí anh ta bị hút vào đó, và cơ thể anh ta bị cuốn theo; và sự đồng thuận ấy lập tức gây ra những hệ lụy cần chịu đựng như người ta vẫn làm trước cơn lốc xoáy. Người ta ngạc nhiên khi thấy quyền lực thâm tóm được nhiều đến thế; nhưng chúng thâm tóm được nhiều là vì chúng đòi hỏi nhiều. Đó cũng là bản chất của luật tu hành vốn rất hiệu nghiệm để chữa bệnh thiếu quyết đoán. Khuyến người ta cầu nguyện chưa là gì cả; mà cần phải ra lệnh cho người ta khấn lời cầu ấy, vào giờ ấy. Sự khôn ngoan thuộc bản chất của quyền lực luôn dẫn đến một kiểu ra lệnh khô khốc, không chấp nhận bất cứ lý lẽ nào. Lý lẽ nhỏ nhất sẽ lập tức làm nảy sinh ra hai rồi cả nghìn ý nghĩ khác. Suy nghĩ thì dễ chịu thôi, dĩ nhiên rồi; nhưng cái thú suy nghĩ phải trả giá bằng nghệ thuật quyết định. Mẫu người ấy nằm trong Descartes; và ta biết rằng ông đã đăng lính, không thể nói là vì thích thú mà vì đó là phương pháp để ông tự giải thoát khỏi những suy nghĩ vốn tác động quá lớn lên mình.

Người ta hẳn sẽ muốn cười nhạo thời trang; nhưng thời trang lại là một thứ rất nghiêm túc. Kẻ túc trí làm ra vẻ khinh thường nó, nhưng anh ta cứ phải đeo cà vạt vào đã. Quân phục và áo choàng tu sĩ cho thấy những hiệu ứng xoa dịu đáng kinh ngạc. Đó là những y phục để đi ngủ; là những nếp gấp của tính lười nhác êm ái, thứ lười nhác êm ái nhất, làm người ta hành động không suy nghĩ. Thời trang cũng hướng về cùng một mục đích, nhưng lược bỏ đi thú vui được chọn lựa vốn nằm hết trong trí tưởng tượng. Các sắc màu thì lôi cuốn đấy, nhưng sự cần thiết phải chọn lựa sẽ làm người ta hoảng sợ. Ở đây cơn đau đớn dội lên chỉ để làm người ta cảm nhận bài thuốc tốt hơn mà thôi, như ở nhà hát kịch vậy. Vì thế mới có chuyện sự an toàn hôm qua mang sắc đỏ còn hôm nay lại được tìm thấy ở sắc xanh. Đó là một sự tương hợp về ý kiến, và sự tương hợp ấy biểu lộ ra ngoài. Từ đó mà có sự an tâm làm con người ta thực sự đẹp hơn. Bởi quả đúng là màu vàng không hợp với các cô tóc vàng, còn xanh lục thì không hợp với các chị tóc nâu. Nhưng về nhãn nhỏ vì lo âu, ganh tị hay luyến tiếc thì chẳng hợp với ai cả.

26 tháng chín 1923

80. Chúc mừng năm mới

Tất cả những món quà ấy, vào dịp tặng quà cuối năm, rốt lại đánh động nhiều nỗi buồn hơn là niềm vui. Bởi dư dả đến mấy thì sang năm mới chẳng ai tránh khỏi bội chi; và hơn một người âm thầm rên rầm trên những ổ bụi mà anh ta sẽ nhận từ người này người kia, rồi chính anh ta cũng sẽ trao tặng chúng cho những người khác, để làm giàu cho cánh nhà buôn. Tôi vẫn còn nghe tiếng cô bé có bố mẹ rất quảng giao chép miệng khi ngắm nghía tấm giấy thấm mực đầu tiên nhận được vào một dịp cuối năm: “Chà, mấy tấm giấy thấm mực đến rồi kìa.” Rõ ràng là trong cơn cuồng nhiệt tặng quà ấy có sự thờ ơ, và có cả những cơn bực dọc cố kìm nén. Nghĩa vụ phá hỏng mọi thứ. Những viên kẹo sô-cô-la lấp đầy dạ dày và nuôi dưỡng sự oán ghét cùng một lúc. Thì đây! Tặng cho nhanh, rồi ăn cho chóng, chỉ là một lúc thoáng qua thôi mà.

Chúng ta hãy chuyển sang chuyện nghiêm túc nào. Tôi chúc bạn có được niềm vui. Đó mới đúng là thứ cần được trao đi và nhận về. Đó mới đúng là phép lịch sự đích thực khiến tất cả mọi người đều phong lưu, và trước tiên là cho chính người đi tặng. Đó mới đúng là kho báu mà càng được trao đổi bao nhiêu thì càng được nhân lên bấy nhiêu. Ta có thể rải nó khắp phố phường, trên toa xe điện, hay trong các quầy báo; nó sẽ không vì thế mà suy suyển đến một nguyên tử. Bạn vứt nó ở đâu, nó sẽ mọc lên và trở hoa ở đấy. Khi xe cộ ùn tắc giữa ngã tư, người ta chỉ toàn nghe thấy tiếng chửi rủa, thóa mạ, còn lũ ngựa thì lấy hết sức bình sinh mà kéo, tất cả chỉ khiến cho sự lộn xộn thêm phần nghiêm trọng. Mọi rối ren đều như vậy cả; nhưng chúng có thể dễ dàng được gỡ ra nếu ta sẵn lòng mỉm cười, tự điều chỉnh mình, và thả lỏng các cơn bực tức đang đánh đắm tứ tung, nhưng ngược lại, chúng sẽ mau chóng biến thành một mớ bòng bong nếu ta cứ mồm môi mồm lợi mà kéo tất cả các đầu dây. Bà chủ nghiêng răng, chị đầu bếp nghiêng lợi, món đùi cừu rồi sẽ chín khô; rồi từ đó lại sinh ra đủ những lời lẽ điên giặc. Chỉ cần một nụ cười đúng lúc là tất cả các vị thần Prométhées^[96] ấy được thả tự do. Thế nhưng chẳng ai nghĩ đến điều hết sức đơn giản đó. Ai cũng chăm chăm kéo thật mạnh sợi dây đang siết cổ mình.

Cuộc sống cộng đồng càng làm cho nỗi khổ sở bị nhân lên. Bạn vào quán ăn. Bạn ném cái nhìn hần học sang người ngồi bàn bên cạnh, lên quyền thực đơn, vào anh bồi bàn. Thôi thế là xong. Sự cáu bẳn chạy từ khuôn mặt này sang khuôn mặt khác; quanh bạn mọi người cứ nhè vào nhau mà thúc; ly tách có khi sẽ đổ vỡ, và anh bồi bàn tối về sẽ nện cô vợ một trận. Hãy nắm vững cái cơ chế và sự lây lan ấy; rồi bạn sẽ trở thành thuật sĩ và người ban tặng niềm vui; vị thần ban phát điều thiện ở khắp mọi nơi. Hãy nói một lời hay, một lời cảm ơn nhiệt tình; hãy nhân hậu trước món thịt bê quá nguội; bạn có thể trôi theo con sóng vui vẻ ấy đến tận những bãi biển nhỏ nhất; anh bồi bàn sẽ dùng giọng khác để gọi nhà bếp, và mọi người sẽ để ý hơn khi qua lại giữa các bàn ghế; thế là con sóng vui vẻ lan rộng ra xung quanh bạn, làm mọi thứ và cả chính bạn nữa cũng trở nên nhẹ nhàng hơn. Điều ấy là vô tận. Nhưng hãy chú ý ngay từ đầu. Hãy khởi đầu ngày mới và năm mới thật tốt. Con phố hẹp ấy mới náo động làm sao! Chỉ toàn bắt công và bạo lực! Máu chảy! Các thẩm phán sẽ phải can thiệp. Chỉ cần anh chàng đánh xe thật cẩn thận, chỉ cần tay anh ta làm một động tác nhỏ là có thể tránh được toàn bộ chuyện ấy. Vậy bạn hãy là một anh chàng đánh xe thật cừ. Hãy ngồi trên ghế cho thật thoải mái, và điều khiển ngựa cho thật khéo.

2 tháng một 1910

81. Lời cầu chúc

Tất cả các lời cung chúc nở rộ vào tháng một ấy chỉ là những tín hiệu mà thôi. Nhưng tín hiệu lại rất quan trọng. Con người đã sống qua hàng bao thế kỷ theo các tín hiệu, cứ như thể toàn vũ trụ, qua những đám mây, qua sấm sét và chim muông, mong muốn họ có một cuộc săn dồi dào hay một chuyến đi xui xẻo vậy. Thế nhưng, vũ trụ chỉ thông báo tuần tự từng việc một mà thôi; và sẽ thật sai lầm nếu thế giới được diễn giải như một khuôn mặt chỉ chuyên tán thưởng hay chuyên chê trách. Chúng ta gần như đã khỏi cái chứng hay băn khoăn xem vũ trụ có ý kiến gì không và đó là ý kiến nào. Nhưng chúng ta sẽ chẳng bao giờ hết băn khoăn liệu đồng loại của mình có ý kiến gì không và ý kiến đó là gì. Chúng ta sẽ không bao giờ lành bệnh, bởi ý kiến đó, ngay khi được biểu lộ, sẽ làm thay đổi một cách sâu sắc ý kiến của bản thân chúng ta.

Điều đáng lưu tâm là, trước một ý kiến được chứng minh hẳn hoi bằng lý lẽ và được biểu đạt rõ ràng, người ta lại thấy mình mạnh mẽ hơn so với một ý kiến câm lặng. Loại ý kiến đầu tiên, tức là lời khuyên, phải bị coi khinh thường xuyên; còn loại kia, người ta lại không thể xem thường nó. Nó tóm lấy ta theo cách lén lút hơn; và, vì không biết nó tóm lấy mình như thế nào, nên ta không biết rũ nó đi ra sao. Có những bộ mặt mang vẻ oán trách cả thế giới này. Gặp trường hợp ấy, nếu được thì hãy trốn cho mau. Bởi con người sẽ bắt chước con người; và thế là tôi, bằng nét mặt và theo cách tôi còn không nhận ra, cũng sẽ bắt đầu oán trách. Oán trách gì cơ? Tôi làm sao biết được. Nhưng cái sắc màu âm ảm ấy chiếu vào mọi suy nghĩ và mọi kế hoạch của tôi. Tôi tìm lý do oán trách ngay trong các suy tư và kế hoạch ấy. Tôi tìm lý do và luôn tìm thấy, bởi mọi thứ đều phức tạp và đầu đầu cũng đầy rẫy rủi ro. Và vì cuối cùng vẫn phải hành động và chịu rủi ro, dù chỉ là để đi sang đường, tôi hành động mà không có chút tin tưởng nào, nghĩa là thiếu nhiệt tình hơn, ít tự tại hơn. Một người cứ nghĩ mình sẽ bị xe húc không nhờ thế mà được hỗ trợ, ngược lại còn bị dờ ra. Trong những việc có tính chất lâu dài hơn, phức hợp hơn, thiếu chắc chắn hơn, tác động của những cảm giác mà người ta nhận được từ một bộ mặt hẳn học còn nhạy bén hơn nhiều. Một cái liếc xéo luôn luôn có tác dụng phù phép.

Tôi xin quay trở lại với dịp tết của lễ nghĩa kia, một dịp tết quan trọng. Vào cái thời mà ai cũng nhìn tương lai qua gói quà người bưu tá mang đến, thật tệ hại khi những tháng ngày sắp tới, mà ta không thể biết chúng sẽ ra sao, lại nhuộm màu phiền não. Vậy nên cái quy tắc muốn rằng ngày hôm ấy ai cũng là nhà tiên tri giỏi, ai cũng đề cao các biểu hiện của tình bạn, là một quy tắc hay. Lầu nghinh phong có thể mang niềm vui đến với một người; dù anh ta hoàn toàn không hay biết gì về tâm trạng của người kia, người đã dựng lầu. Hơn thế, niềm vui hiển hiện trên các khuôn mặt là điều tốt lành với tất cả mọi người, và, với những người tôi hầu như không quen biết còn tốt hơn nữa; bởi vì khi đó tôi thôi không tranh cãi về các tín hiệu; chúng thế nào thì tôi thấu nhận thế ấy; đó là cách hay nhất. Và việc một tín hiệu vui vẻ thúc đẩy chính người phát ra nó đón nhận niềm vui là hoàn toàn đúng. Nhất là vì, khi người ta bắt chước làm theo nhau, các tín hiệu ấy được truyền qua truyền lại đến vô cùng. Đừng bao giờ nói rằng niềm vui con trẻ chỉ dành cho trẻ con. Kể cả khi không suy nghĩ, kể cả khi không có chút tình âu yếm, chúng ta vẫn hết sức quan tâm đến các tín hiệu do trẻ phát ra; ở đây ai cũng là bảo mẫu; ở đây ai cũng tham gia trò chơi bắt chước để tìm hiểu xem người ta dạy trẻ con theo phương cách nào.

Dịp lễ tết sẽ tốt cho bạn, dù bạn có muốn điều đó hay không. Nhưng, nếu bạn muốn điều đó, nếu dù thế nào bạn cũng hồi đáp cái ý tưởng cao cả về phép lịch sự ấy, thì dịp lễ tết sẽ thực sự trở thành ngày vui của bạn. Bởi, khi lải suy nghĩ của mình theo các tín hiệu, bạn sẽ có một lòng quyết tâm nào đó để không bao gio, trong những tháng ngày sắp tới, ném ra những tín hiệu bức bối hay những dự đoán có thể làm suy giảm niềm vui của người khác; thế là trước tiên bạn sẽ trở nên mạnh mẽ để chống những nỗi khổ sở bé con vốn chẳng là gì cả nhưng vẫn gây ra tác động nào đó khi được bộc lộ một cách ảo não. Và qua niềm hạnh phúc trong hi vọng ấy, bạn sẽ thấy hạnh phúc tức thì. Đó là điều tôi cầu chúc cho bạn.

20 tháng mười hai 1926

82. Phép lịch sự

Lịch sự có thể học được như học khiêu vũ. Người không biết khiêu vũ cứ tưởng cái khó nằm ở chỗ nắm được các quy tắc rồi điều chỉnh chuyển động của mình sao cho phù hợp, song đó chỉ là vẻ ngoài của sự việc, phải làm sao để khiêu vũ một cách là lướt, không bối rối, và do đó không sợ hãi. Tương tự, nắm được các quy tắc lịch sự chưa là gì nhiều nhận; và ngay cả khi tuân theo các quy tắc ấy, người ta cũng chỉ mới đến trước ngưỡng lịch sự mà thôi. Các cử động phải chuẩn xác, mềm mại, không cứng ngắc hay run rẩy; bởi con run rẩy nhỏ nhất cũng có thể truyền đi. Lịch sự mà gây ra căng thẳng thì còn gì là lịch sự?

Tôi thường chú ý thấy có một loại âm thanh trong giọng nói mà tự nó đã thô lỗ rồi, một giáo viên thanh nhạc có lẽ sẽ bảo đó là do cổ họng đang thắt lại còn vai thì thả chưa đủ mềm. Ngay vận động của đôi vai cũng biến một cử chỉ lịch sự thành thô lỗ. Quá nhiều cảm xúc; ráng tìm kiếm sự đỉnh đạc; ráng tập hợp các sức lực. Các kiểm sư vẫn bảo: “Nhiều lực quá”; và đấu kiếm là một kiểu lịch sự dễ dàng dẫn đến toàn bộ phép lịch sự. Thứ gì toát ra về hung tợn và phản kích đều thô lỗ; chỉ cần các dấu hiệu là đủ, chỉ cần triệu chứng đe dọa là đủ. Người ta có thể nói rằng thô lỗ luôn là một kiểu đe dọa. về yêu kiều nữ tính khi đó co lại và tìm sự che chở. Một người rung động vì sức mạnh không kiểm soát nổi của mình, nếu người đó sôi nổi và phản kích lên thì sẽ nói ra những gì? Bởi thế tuyệt đối không nên lớn giọng. Ai từng thấy

Jaurès^[97] trong phòng khách đều thấy một người ít hẳn khoắn về dư luận lẫn tục lệ và thường xuyên thất cả vạt xộc xệch; nhưng giọng nói lại là cả một sự lịch thiệp, với vẻ êm ái du dương mà trong đó, đôi tai người nghe không phát hiện ra chút dụng công nào; một điều kỳ diệu, vì ai cũng nhớ chất hùng biện đanh thép và tiếng gầm như sấm của ông. Sức mạnh không đối lập với lịch sự; mà chỉ tô điểm thêm cho nó; đó là sức mạnh chồng thêm sức mạnh.

Một người thô lỗ có ở một mình cũng vẫn thô lỗ; cũng vẫn dụng công quá nhiều trong mọi hành động. Người ta cảm nhận được cảm xúc bị kìm hãm và nỗi sợ bản thân, vốn là tính nhút nhát. Tôi nhớ đã từng nghe một người nhút nhát tranh luận công khai về ngữ pháp; giọng anh ta là giọng nói của lòng hằn thù dữ dội nhất. Và, bởi vì cảm xúc chiếm ngự nhanh hơn bệnh tật, tôi chẳng bao giờ lấy làm kinh ngạc khi thấy vẻ cuồng bạo trong những ý kiến hiền lành nhất; thường thì đó chỉ là một kiểu khiếm nhược được kích bởi chính âm thanh trong giọng nói, và bởi những nỗ lực vô vọng chống lại chính mình. Và có thể lòng cuồng nhiệt trước hết là sự thô lỗ; bởi điều người ta biểu lộ, cho dù không muốn đi nữa, cuối cùng người ta cũng sẽ cảm thấy. Như thế, lòng cuồng nhiệt có lẽ là kết quả của tính nhút nhát; là nỗi sợ không bảo vệ được điều mình tin tưởng; và cuối cùng là cơn cuồng bạo, do chịu khôn thấu nỗi sợ, chống lại chính mình và mọi người, truyền sức mạnh đáng sợ nhất cho những ý kiến thiếu chắc chắn nhất. Hãy quan sát những người nhút nhát, quan sát cách họ khẳng định quan điểm mà xem, bạn sẽ nhận ra rằng nóng nảy là một kiểu tự duy lạ lùng. Nói vòng vo như thế để ta hiểu rằng một tách trà cầm trên tay khai hóa một con người ra sao. Kiểm sư đánh giá một kiểm thủ qua cách người này khuấy thìa trong tách mà không thực hiện lấy một động tác thừa.

6 tháng một 1922

83. Biết sống

Có một kiểu lịch sự không đẹp, đó chính là lịch sự mơn trớn. Mà đó cũng đâu phải là lịch sự. Với tôi, tất cả những gì thuộc ý muốn đều nằm ngoài phép lịch sự. Chẳng hạn, một người thực sự lịch thiệp có thể đối xử khắc nghiệt và thậm chí đến mức hung bạo với một kẻ bỉ ổi hay xấu xa; mà không rơi vào sự thô lỗ. Thiện chí có cân nhắc không phải là lịch sự; phỉnh nịnh có toan tính cũng vậy. Lịch sự chỉ gắn với những hành động mà người ta thực hiện khi không để tâm, những hành động biểu lộ điều ta không có chủ tâm tỏ bày.

Một người bột phát, nghĩ gì nói ấy, buông thả theo phản ứng cảm xúc đầu tiên, tỏ ra kinh ngạc, ghê tởm, thích chí không kìm nén, trước cả khi anh ta biết được mình cảm thấy điều gì, là một người bất lịch sự; rồi anh ta sẽ phải luôn miệng phân trần vì đã làm người khác bối rối và lo lắng ngoài chủ định, thậm chí còn ngược với chủ định của mình.

Không muốn mà vẫn làm người khác tổn thương vì lời ăn tiếng nói khinh suất của mình thật là một điều đáng buồn; người lịch sự là người cảm nhận được sự khó chịu trước khi sự khiếm nhã trở nên không thể cứu vãn được, và nhờ đó ý nhị điều chỉnh cách cư xử; nhưng người ta còn lịch sự hơn nữa nếu tiên đoán được điều nên và không nên nói ra lời, và, nếu vẫn còn gợn chút nghi ngờ thì để cho chủ nhà dẫn dắt câu chuyện. Toàn bộ điều này là nhằm tránh gây ra các tác hại ngoài ý muốn; bởi, nếu anh ta thấy cần phải chích cho một nhân vật nguy hiểm đúng lúc đúng chỗ, thì anh ta cứ mặc sức mà làm; hành động của anh ta khi đó thuộc về phạm trù đạo đức đơn thuần chứ không còn liên quan đến phép lịch sự nữa.

Thô lỗ bao giờ cũng vụng về. Thật độc ác khi khiến ai đó cảm thấy họ già nua; nếu không chủ định mà vẫn gây ra cảm giác đó, thông qua cử chỉ hay sắc diện, hay lời nói quá thiếu cân nhắc, thì người ta lại là kẻ thô lỗ. Cố tình giẫm lên chân người khác là hung bạo; còn nếu không cố tình thì là thô lỗ. Những sự thô lỗ là những cú vấp không định trước; một người lịch sự sẽ tránh điều đó và chỉ chạm đúng chỗ anh ta muốn chạm vào, và sẽ không ai chạm êm ái bằng anh ta được. Lịch sự không nhất thiết phải là phỉnh phờ.

Như vậy, lịch sự vừa là thói quen vừa là sự khoáng đạt. Kẻ thô lỗ là kẻ định thế này rồi lại làm thế khác, cứ như anh ta hết và phải bắt đĩa lại đựng mấy món đồ mỹ nghệ trang trí; kẻ thô lỗ là kẻ muốn một đằng lại nói một nẻo, hoặc định điều này song lại tuyên bố điều khác qua cái giọng cộc lốc, qua cái giọng cao vút một cách không cần thiết, qua cái vẻ do dự, qua cái ấp a ấp úng. Như vậy, lịch sự cũng có thể học được như đấu kiếm vậy. Kẻ hợm hĩnh là kẻ phát ngôn mà không biết mình đang nói gì, vì sự lơ đãng có chủ ý. Người rụt rè là người không muốn tỏ ra hợm hĩnh song lại không biết phải làm sao, vì anh ta nhận ra tầm quan trọng của hành động và lời nói; do đó bạn sẽ thấy anh ta co người và thu mình lại, để tự ngăn mình hành động, nói năng; cái nỗ lực phi thường dồn lên chính anh ta, làm anh ta run rẩy, rịn mồ hôi rồi đỏ lựng lên, và đâm ra vụng về hơn cả thường lệ. Sự thanh lịch, trái lại, là niềm hạnh phúc được ăn nói và cử động mà không làm bất kỳ ai căng thẳng hay tổn thương. Và những phẩm chất như thế vô cùng quan trọng với hạnh phúc. Đó là những phẩm chất mà một nghệ thuật sống tuyệt đối không nên xem thường.

23 tháng ba 1911

84. Làm vừa lòng

Tôi đã bàn về một “nghệ thuật sống” cần phải được truyền bá. Tôi sẽ đưa thêm một quy tắc vào đó quy tắc: “làm vừa lòng”. Nó được đề xuất bởi một người mà theo như tôi biết đã từng ăn nói khá gay gắt và nay đã thay đổi tính tình. Một quy tắc như thế thoát đầu sẽ khiến người ta kinh ngạc. Làm vừa lòng, thế chẳng phải là dối trá, nịnh bợ, thối lợ sao? Ta phải hiểu rõ quy tắc này; vấn đề là làm người khác vừa lòng khi có thể mà không dối trá, không hèn hạ. Mà điều ấy gần như lúc nào chúng ta cũng có thể làm được. Khi ta nói ra một sự thật khó chịu nào đó, với giọng chất chứa và mặt đỏ lựng, thì đó chỉ là một cơn bức tức, một thoáng đau ốm mà ta không biết cách chữa trị; sau đó ta có muốn nghĩ khi ấy mình đã tỏ ra can đảm thì cũng vô ích; điều đó rất đáng ngờ, nếu ta không chịu nhiều rủi ro, và, trên hết, nếu ta không chủ tâm làm thế. Từ đó tôi rút ra nguyên tắc đạo đức này: “Chỉ khi nào thực sự có ý ấy và chỉ khi nào đứng trước một kẻ quyền lực hơn anh thì hãy tỏ ra ngạo mạn.” Nhưng nói ra sự thật mà không cần cương giọng có lẽ sẽ tốt hơn, và hơn nữa, chỉ chọn lấy những điều đáng khen ngợi trong những cái có thực ấy.

Mà gần như trong chuyện gì cũng có thứ để khen; bởi chúng ta không bao giờ biết đến những động cơ thực chất, và chẳng mất gì khi ta giả định rằng người này là một người đúng mực chứ không hèn nhát, người kia đang thể hiện tình bạn chứ không hề giữ kẽ. Nhất là với các bạn trẻ, hãy đặt mọi thứ mới chỉ mang tính giả định vào viễn cảnh tươi đẹp nhất, và hãy vẽ cho họ thấy bức chân dung đẹp đẽ về chính họ; họ sẽ tin mình là như thế; rồi họ sẽ sớm trở thành người như thế; chứ đừng ném ra sự chỉ trích vốn chẳng giải quyết được việc gì bao giờ. Chẳng hạn, nếu đó là một thi sĩ, hãy nhớ và ngâm những vần thơ đẹp nhất; nếu đó là một chính trị gia, hãy ca ngợi ông ta về tất cả những điều ác mà ông ta đã không gây ra.

Đến đây tôi nhớ lại một chuyện xảy ra trong trường mẫu giáo. Một chú bé hiểu động chỉ chuyên làm mấy trò dấm dớ và vạch nguệch ngoạc như gà bới, cho đến một hôm, bỗng dưng nó lại viết thật ngay ngắn một phần ba trang nét sỗ thẳng. Cô giáo đi qua các dãy bàn và chấm điểm tốt; chỉ vì cô không để ý đến một phần ba trang được viết ra một cách khó nhọc kia, nên chú bé thốt lên: “Thôi rồi, đúng là như c...!”; và chú nói thẳng thừng như thế, bởi đó không phải là một trường học của khu Saint-Germain^[98]. Nghe thế cô giáo quay lại và cho chú bé điểm tốt mà không bình luận thêm câu nào; vấn đề ở đây là những nét sỗ thẳng chứ không phải lời hay ý đẹp.

Nhưng đó là những trường hợp khó. Có biết bao trường hợp khác trong đó ta luôn luôn có thể, không chán chừ, mỉm cười rồi tỏ ra lịch sự và dễ thương. Nếu bạn có hơi bị xô đẩy trong đám đông chen chúc, hãy áp dụng quy tắc mỉm cười về chuyện ấy; nụ cười chấm dứt xô đẩy, bởi ai cũng đổ mặt vì cục tức bé tí đang dâng lên. Còn bạn, có lẽ bạn thoát khỏi một cục tức to đùng, tức là một trận ốm nhẹ.

Tôi quan niệm về phép lịch sự như thế; đó chỉ là một bài thể dục chống lại xúc cảm mà thôi. Lịch sự là nói ra hoặc ám chỉ, bằng toàn bộ cử chỉ và lời nói của mình, rằng: “Ta đừng nổi cáu; đừng làm hỏng khoảnh khắc này của đời ta.” Vậy đó có phải là lòng tốt kiểu cách sách vở không? Không phải đâu. Tôi không đẩy việc này đi xa đến thế; cũng có lúc lòng tốt là thiếu tế nhị và hạ thấp người khác. Phép lịch sự đích thực, đúng hơn, nằm trong niềm vui truyền từ người này sang người kia và xoa dịu xung đột. Và phép lịch sự ấy chẳng được mấy ai dạy dỗ. Trong cái thứ vẫn được gọi là xã hội lịch sự, tôi đã thấy nhiều cái lưng khom xuổng, nhưng chưa thấy một người lịch sự bao giờ.

8 tháng Ba 1911

85. Platon thầy thuốc

Thể dục và âm nhạc là hai bài thuốc chính của thầy thuốc Platon. Thể dục nghĩa là vận động điều độ của các cơ bắp nhằm thư giãn và xoa bóp từ bên trong tùy theo thể trạng của chúng. Các cơ bắp bị đau giống như những miếng xơ mướp kết bụi, người ta làm sạch chúng như giặt những miếng xơ mướp ấy, nhúng cho ướt đầm rồi bóp mạnh nhiều lần. Các nhà sinh lý học đã nói khá nhiều rằng tim là một khối cơ rỗng, nhưng vì các cơ bắp bao quanh một mạng lưới mạch máu dày đặc, lần lượt nén lại rồi phồng lên bằng cách co thắt hoạt thả lỏng, nên người ta cũng có thể nói rằng mỗi cơ bắp là một quả tim xóp mà những cử động, vốn là nguồn sống quý báu, có thể điều khiển được bằng ý chí. Vì thế người ta thấy rằng những người không biết làm chủ cơ bắp bằng việc thực hành thể dục, hay còn gọi là những người nhút nhát, cảm thấy trong cơ thể mình những đợt huyết hỗn loạn dồn về các mô mềm, khi thì làm mặt họ đỏ lựng lên vô cớ, khi thì làm cho máu bị bơm dồn dập lên não, tạo ra những cơn hoang tưởng thoáng qua, lúc lại làm bụng dạ óc ách trong cơn khó ở quen thuộc. Đối với những chiêu chứng ấy, vận động cơ bắp đúng quy tắc chắc chắn là liệu pháp hiệu nghiệm nhất. Ở đây ta thấy âm nhạc xuất hiện trên bước nhảy của vũ sư, nhịp nhàng quay theo tiếng vĩ cầm kèn kẹt, làm cho máu trong nội tạng lưu thông tốt hơn. Như ai cũng biết, khiêu vũ chữa lành bệnh nhút nhát, nhưng nó còn xoa dịu được trái tim theo một phương thức khác nữa, đó là làm giãn cơ bắp một cách ôn hòa, không giặt cục.

Gần đây một người bị đau đầu có nói với tôi là động tác nhai khi ăn làm giảm cơn đau tức thì. Tôi bảo anh ta: “Vậy thì phải nhai kẹo gôm như người Mỹ thôi.” Nhưng tôi không biết anh ta có thử làm như thế hay không. Sự đau đớn ngay lập tức lôi chúng ta vào những ý niệm siêu hình; ở giữa cơn đau chúng ta tưởng tượng ra cái ác, thứ sinh vật thần bí đã chui dưới làn da ta, và ta chỉ muốn làm phép để tống cổ nó đi. Cái ý tưởng chỉ cần vận động cơ bắp đúng quy tắc là ta có thể xua tan được cơn đau, đuổi được cái con quái vật đang gặm mòn ta, có vẻ khó tin. Thật ra thì làm quái gì có một con quái vật như thế, nó chỉ là một hình ảnh ẩn dụ vụng về mà thôi. Hãy thử đứng lâu trên một chân mà xem, bạn sẽ thấy rằng không cần làm gì nhiều để tạo ra một cơn đau điếng người, và cũng không cần làm gì nhiều để hết đau. Gần như trong mọi trường hợp, cái cần làm là nghĩ ra là một điều nhay. Ai cũng biết thả lỏng cơ bắp hay ngáp thoải mái tạo cho ta một cảm giác sáng khoái đến thế nào, song người ta lại không nghĩ đến việc thực hành thể dục để tạo ra những vận động có tác dụng giải phóng cho cơ thể. Những người mất ngủ nên bắt chước cơn thèm ngủ và sự khoan khoái được thả lỏng người. Thế nhưng họ lại bắt chước sự nôn nóng, căng thẳng và bức tức. Đó là nguồn gốc của sự kiêu ngạo, cái sẽ luôn bị trừng trị. Chính vì vậy, mượn mũ của Hippocrate^[99], tôi sẽ mô tả sự khiêm tốn đích thực như là em gái của vệ sinh, con gái của thể dục và âm nhạc.

4 tháng hai 1922

86. Nghệ thuật giữ gìn sức khỏe

Nói chung sự cân bằng trong tâm hồn không nhận được phần thưởng từ bên ngoài, nhưng chắc chắn nó có lợi cho sức khỏe. Một người hạnh phúc sẽ buông mình vào quên lãng, rồi vinh quang sẽ tìm đến ông ta bốn mươi năm sau ngày ông ta qua đời. Nhưng để chống lại bệnh tật, cái vốn thiết thân hơn sự ham muốn và cũng đáng sợ hơn nhiều, hạnh phúc là vũ khí sắc bén nhất. Để phản bác lại điều này, con người ừ ừ sẽ đáp rằng hạnh phúc là kết quả chứ không phải là nguyên nhân, anh ta đã đơn giản hóa quá mức. Sức mạnh làm người ta thích thể dục, nhưng tự giác thực hành thể dục mang đến cho ta sức mạnh. Tóm lại, chắc chắn có một loại thái độ ruột gan, nếu tôi được phép diễn đạt như thế, nó thúc đẩy tranh đấu và dị hóa, và ngược lại cũng có một loại thái độ làm nghẹt thở và đầu độc người lựa chọn nó. Có lẽ ta không thể thư giãn và xoa bóp nội tạng của chính mình như ta duỗi các ngón tay, nhưng bởi vì niềm vui là một dấu hiệu hiển nhiên của một thái độ ruột gan tốt, nên ta có thể cược rằng mọi ý nghĩ hướng tới niềm vui đều làm tăng cường sức khỏe. Vậy người ta cần phải hồ hởi khi lâm bệnh ư? Bạn bảo thật là phi lý và không thể như thế được. Gượm đã. Người ta đã nói khá nhiều rằng, nếu không tính đến mấy mũi tên, hòn đạn, thì cuộc đời bình nghiệp là tốt cho sức khỏe. Tôi đã có dịp tự mình nhận ra điều ấy, khi trải qua ba năm đời sống chui lủi của loài thỏ hoang, đi dạo lòng vòng trong sương và khẽ nghe thấy tiếng động là quay về hang. Ba năm không cảm thấy gì ngoài sự mệt mỏi và thèm ngủ, thế mà còn mang trong người một cái dạ dày thất thường và một căn bệnh chết người có từ hồi hai mươi, như tất cả những ai chỉ biết suy nghĩ chứ không hành động. Có người sẽ vội nói rằng sự sung mãn của cơ thể có được là do không khí thôn quê và đời sống năng động, nhưng tôi lại nhìn thấy những nguyên nhân khác. Một hạ sĩ lục quân, người từng bảo tôi: “Bọn mình còn sợ gì nữa, bọn mình chỉ còn những con lên đồng mà thôi”, một hôm đến hăm trú ẩn của tôi với vẻ mặt ngời ngời hạnh phúc. “Lần này”, anh thông báo, “tớ ốm rồi. Tớ bị sốt; y sĩ bảo tớ thể; ngày mai tớ sẽ khám lại. Có khi là thương hàn đấy; tớ đứng còn không vững này; cảnh vật cứ quay cuồng hết lên. Thế là cuối cùng cũng được vào viện. Sau hai năm rưỡi lợi bần, tớ xứng đáng có được cái may mắn này.” Nhưng tôi thì thấy rõ là chính niềm vui mới chữa lành cho anh ta. Hôm sau, vấn đề không còn là cơn sốt nữa, mà là vượt qua vùng Flirey hoang tàn^[100] để hành quân đến một cứ điểm còn tồi tệ hơn.

Bị ốm thì không có lỗi, kỷ luật hay danh dự đều không kết tội nó được. Có người lính nào, giữa những hy vọng pháp phòng, chưa từng rình rập trong cơ thể mình triệu chứng của một căn bệnh nào đó, kể cả là bệnh chết người đi nữa? Trong những tháng ngày kinh khủng ấy, cuối cùng ai nấy đều nghĩ rằng chết vì bệnh tật thật dễ chịu biết bao. Những ý nghĩ như thế chống lại bệnh tật vô cùng mạnh mẽ. Niềm vui tạo động lực cho cơ thể từ bên trong, và nó làm được điều ấy còn giỏi hơn cả vị bác sĩ giỏi nhất. Ta không còn sợ đổ bệnh nữa, nỗi sợ đó chỉ làm cho mọi thứ trở nên trầm trọng hơn. Nếu đúng như người ta vẫn bảo, những con người cô đơn chờ cái chết như một ân sủng của Chúa, thì tôi sẽ không ngạc nhiên nếu họ sống đến trăm tuổi. Sự bèn bĩ mà chúng ta ngưỡng mộ ở các cụ già, khi họ không còn quan tâm đến cái gì nữa, có lẽ xuất phát từ việc họ không còn cảm thấy sợ chết nữa. Hiểu ra điều này luôn có ích, như khi hiểu ra rằng chính cái cơ thể cứng đờ vì sợ hãi ấy mới làm kỵ sĩ ngã ngựa. Sự vô tâm ở đây lại là một mưu kế có tầm vóc và sức mạnh.

28 tháng chín 1921

87. Chiến thắng

Nếu đi tìm hạnh phúc, nhất định bạn sẽ không thể tìm thấy nó, và cái đó chẳng có gì là bí hiểm cả. Hạnh phúc không giống thứ đồ trưng trong tủ kính mà bạn có thể lựa, trả tiền rồi mang đi, thứ đồ ấy, nếu bạn xem kỹ, khi mang về đến nhà nó vẫn giữ sắc xanh hay sắc đỏ y như lúc còn được bày ở cửa hàng. Còn hạnh phúc chỉ là hạnh phúc khi bạn nắm được nó, nếu bạn đi tìm nó ở đâu đâu, ở ngoài bản thân bạn, thì bạn sẽ chẳng tìm thấy thứ gì mang dáng dấp của hạnh phúc. Tóm lại là, không thể suy luận hay tiên liệu về hạnh phúc được, chỉ có cách có nó ngay bây giờ. Khi nó dường như còn ở thì tương lai, hãy nghĩ kỹ mà xem, bạn đã có nó rồi đấy. Vì hy vọng là hạnh phúc mà.

Tôi hiểu tại sao các nhà thơ diễn giải mọi việc dở đến như vậy, xếp âm đặt vần thôi đã mệt lắm rồi, vì vậy họ không còn đủ sức để không rơi vào khuôn sáo nữa. Họ bảo rằng khi hạnh phúc còn ở xa, trong thì tương lai, thì nó còn lấp lánh, chứ khi ta đã nắm lấy nó rồi thì chẳng còn gì là hay ho nữa, giống như khi ta muốn với tay tới cầu vồng hay giữ nước nguồn trong lòng bàn tay. Thật là những lời thô thiển. Theo đuổi hạnh phúc là không thể, trừ phi là để nói cho hay, và cái làm rầu lòng những người đi tìm hạnh phúc quanh mình nhất là họ không tài nào thực sự mong muốn nó. Bài bridge không có ý nghĩa gì với tôi, vì tôi không chơi. Đám bốc và đấu kiếm, cũng vậy. Âm nhạc chỉ làm vui tai những người đã vượt qua một số ngưỡng khó khăn nhất định, đọc sách cũng như thế. Phải có ý chí lắm mới có thể bước vào thế giới của Balzac, nếu không sẽ chán ngay. Động tác của người đọc lười nhác trông thật vui mắt, anh ta giở vài trang, liếc qua vài dòng rồi quăng sách đi. Niềm hạnh phúc trong việc đọc sách khó tiên liệu đến mức bản thân người đọc thành thực cũng còn phải tự ngạc nhiên. Nhìn bề ngoài thì khoa học cũng không có gì lý thú, phải đặt chân vào trong đó đã. Trước tiên phải tự ép mình rồi sau đó luôn phải đối đầu với những khó khăn trắc trở. Công việc được hoàn tất và chiến thắng tiếp nối chiến thắng, đó có lẽ là công thức làm nên hạnh phúc. Nếu cùng nhau hành động, như trong trò chơi bài, trong âm nhạc, hay trong chiến tranh, thì hạnh phúc sẽ còn mãnh liệt hơn nữa.

Nhưng những niềm hạnh phúc cô độc cũng mang những dấu ấn ấy: hành động, công việc, chiến thắng. Hạnh phúc của người hà tiện và người sưu tầm, xét cho cùng cũng giống hệt nhau. Vậy thì do đâu mà tính hà tiện thì bị coi là tật xấu, nhất là khi người hà tiện sinh lòng quyền uyển với những miếng vàng cũ, trong khi chúng ta lại hâm mộ người bày trí trong tủ kính nào là đồ sứ, đồ ngà, những bức họa hay những pho sách hiếm? Ta giễu cợt người hà tiện vì anh ta không muốn đổi vàng lấy những thú vui khác, trong khi nhiều nhà sưu tầm sách không bao giờ mở sách của mình ra đọc chỉ vì sợ làm bẩn chúng. Thực ra, những niềm hạnh phúc ấy, giống như tất cả các niềm hạnh phúc khác thôi, không thể cảm thụ từ xa được, phải là người sưu tầm thì mới có thể đắm đuối với con tem thư, còn tôi thì chịu, không thể hiểu nổi chuyện này. Cũng như vậy, chỉ có võ sĩ quyền Anh mới thích đám bốc, chỉ có thợ săn là mê săn bắn, còn nhà chính trị thì say sưa với chính trường. Người ta hạnh phúc trong hành động tự do; người ta hạnh phúc trong những quy tắc do chính mình đặt ra; với những kỷ luật do chính mình chấp thuận, trong trận bóng cũng như trong nghiên cứu khoa học. Nhìn từ xa thì những ràng buộc ấy chẳng thú vị gì, thậm chí còn làm ta bức mình. Hạnh phúc là phần thưởng dành cho những người không đi tìm nó.

18 tháng ba 1911

88. Thi sĩ

Tình bạn giữa Goethe và Schiller^[101], như ta thấy trong những bức thư họ viết cho nhau, thật đẹp. Người này trao cho người kia sự hỗ trợ duy nhất mà một cá thể có thể mong đợi từ một cá thể khác: người này ủng hộ người kia và chỉ đòi hỏi người kia giữ đúng bản chất của mình. Người khác thế nào mà ta chấp nhận họ thế ấy thì chẳng có gì ghê gớm, và lúc nào cũng phải làm được như thế; nhưng người khác thế nào mà ta muốn họ luôn giữ đúng như thế, thì đó chính là tình yêu đích thực. Vậy là hai con người ấy, ai cũng đẩy ra bên ngoài bản chất ưa dò tìm của mình, đều nhìn ra ít nhất là điều này, rằng sự khác biệt mới đẹp làm sao, và rằng trật tự các giá trị không đi từ bông hồng đến con ngựa, mà từ bông hồng đến một bông hồng đẹp hơn, và từ con ngựa đến một con ngựa đẹp hơn. Người ta vẫn bảo không nên tranh cãi về sở thích, như một người thì yêu hoa hồng còn người kia thì say mê ngựa; nhưng thế nào là một bông hồng đẹp, thế nào là một con ngựa đẹp thì có thể bàn cãi được bởi vì ta có thể đồng ý với nhau. Tuy vậy, các ví dụ này vẫn còn trừu tượng, mặc dù đã đi đúng hướng, bởi các sinh vật kia vẫn còn lệ thuộc vào giống loài, hoặc lệ thuộc vào chúng ta và như cầu của chúng ta. Chẳng ai lại đi bảo vệ âm nhạc chống lại hội họa, nhưng tranh cãi về tranh gốc và tranh chép thì lại là việc có ích, người ta nhận ra ở bức tranh này một trong những biểu hiện của bản chất tự do, nó được triển khai từ vốn liếng của chính nó, còn ở bức kia ta chỉ thấy những vết sẹo tàn dư của một thân phận nô lệ, triển khai từ ý tưởng của người khác. Hai người thi sĩ chắc phải cảm thấy sự khác nhau giữa họ ngay đầu ngòi bút. Nhưng cái đáng đề cho ta ngưỡng mộ là, trong khi tranh luận với nhau, với đề tài thường xuyên là sự hoàn hảo, là lý tưởng, không khi nào họ để lạc mất thiên tư của chính mình. Người này vẫn khuyên nhủ người kia theo kiểu: “Tôi thì tôi sẽ làm như thế.” Nhưng đồng thời, cả hai vẫn biết cách nói rằng lời khuyên của mình không hề có giá trị với người kia. Và người kia, để đáp lại, cũng thẳng thừng gửi trả lời khuyên về địa chỉ người gửi, cương quyết tự mình khai phá lối đi cho mình.

Tôi cho rằng thi sĩ, cũng như mọi nghệ sĩ, trông vào hạnh phúc để thông tỏ điều mình làm được hay không làm được, bởi vì hạnh phúc, như Aristote từng nói, chính là dấu hiệu của sức mạnh. Tôi còn tin rằng quy tắc này đúng cho tất cả mọi người. Trên đời này, không có gì đáng hãi hơn là một kẻ buồn chán. Những người bị cho là độc ác đều cảm thấy bức tức vì buồn chán, chứ không phải bức tức vì họ độc ác, sự buồn chán đeo đẳng lấy họ khắp nơi là biểu hiệu cho thấy họ không thể triển khai sự hoàn thiện cá nhân và do đó, họ hành động một cách mù quáng và máy móc. Còn thì ở trên đời này chắc chỉ có người điên mới phơi bày ra cả nỗi thống khổ sâu sắc nhất lẫn sự độc ác thuần túy. Tuy nhiên, ở những người mà ta gọi là kẻ ác, và ở ngay trong chúng ta nữa, tôi nhận thấy một cái gì đó nhón nhác, những cử chỉ máy móc, cùng với cơn cuồng nộ của thân phận nô lệ. Ngược lại, tất cả những gì được thực hiện trong hạnh phúc đều tốt đẹp cả. Các tác phẩm nghệ thuật chứng tỏ điều này một cách rõ ràng. Người ta khẳng định một nét vẽ là đẹp. Mọi hành động tốt đều tự nó mà đẹp và đều tô điểm cho khuôn mặt con người. Mà ai cũng biết rằng ta không bao giờ e sợ điều gì ở một khuôn mặt đẹp. Vì vậy tôi đề rằng những sự hoàn hảo không bao giờ mâu thuẫn với nhau mà chỉ có những sự bất toàn hoặc những thói xấu mới đối chọi với nhau, trong đó sự sợ hãi là một ví dụ hiển nhiên nhất. Và cũng chính vì vậy mà tôi vẫn cho rằng xiềng xích, công cụ của bạo chúa lẫn những người nhát gan, về cơ bản là điên rồ và chính nó sinh ra sự điên rồ. Hãy cười trối, hãy giải thoát, và đừng run sợ. Người nào tự do, người ấy sẽ không mang vũ khí.

3 tháng chín 1923

89. Hạnh phúc là đức hạnh

Có những dạng hạnh phúc chỉ được dính vào người ta một cách lỏng lẻo, không khác gì một tấm áo choàng. Như hạnh phúc được thừa kế, hay hạnh phúc do trúng số, ngay cả sự vinh quang cũng vậy thôi, bởi vì nó quá lệ thuộc vào hoàn cảnh. Nhưng ngược lại, hạnh phúc nào phụ thuộc vào chính sức mạnh của ta thì ăn vào máu ta, ngấm vào trong người ta còn bền hơn là phẩm tía nhuộm len. Một nhà hiền triết xưa thoát khỏi một vụ đắm tàu, khi lội vào bờ trên mình không một mảnh vải, đã nói rằng: “Ta mang theo trên người toàn bộ cơ nghiệp của ta.”^[102] Cũng như thế, Wagner^[103] mang theo âm nhạc còn Michel-Ange mang theo hết thảy các khuôn mặt thánh thiện mà ông có thể phác ra. Võ sĩ đấm bốc cũng có nắm đấm, đôi chân cùng toàn bộ thành quả lao động của mình, khác với cách người ta sở hữu vương miện hay tiền bạc. Tuy nhiên, cũng có nhiều cách sở hữu tiền bạc, và với người nào biết kiếm tiền, như người ta vẫn thường nói, anh ta vẫn còn chính anh ta là tài sản ngay thời điểm mà anh ta vừa mất trắng.

Nhà hiền triết xưa kia đi tìm hạnh phúc; không phải hạnh phúc cho người khác, mà cho chính bản thân họ. Các nhà thông thái thời nay thống nhất với nhau dạy ta rằng hạnh phúc cá nhân không phải là thứ cao quý để mưu cầu. Một vài người trong số họ ca rằng đức hạnh coi khinh hạnh phúc. Nói như thế thì dễ lắm. Một vài người khác lại dạy, hạnh phúc chung là nguồn gốc đích thực của hạnh phúc riêng. Đây có lẽ là ý kiến rỗng tuếch nhất trong các loại ý kiến, bởi vì, không có cái gì vô bổ bằng việc trút hạnh phúc lên đầu những người xung quanh như trút vào những cái bao thủng. Tôi đề ý thấy những người buồn chán với chính mình, chẳng có cách nào làm họ vui lên được; và ngược lại, những người không bao giờ ngửa tay ra xin mới là những người mà ta có thể trao cho cái gì đó, như việc đem âm nhạc đến cho người đã được học nhạc. Tóm lại, gieo hạt lên cát thì chẳng được gì, và vì đã nghĩ về câu chuyện đó khá nhiều, tôi tin mình đã hiểu được câu chuyện ngụ ngôn về người gieo hạt, anh cho rằng những người không có gì thì cũng không có khả năng để tiếp nhận bất cứ cái gì. Như vậy ai mạnh mẽ và hạnh phúc bởi chính mình thì sẽ càng hạnh phúc và mạnh mẽ bởi những người khác. Đúng vậy, những người hạnh phúc sẽ phát đạt, sẽ gặp may mắn; nhưng bản thân họ cần có hạnh phúc trong mình trước để có thể đem cho người khác. Và người cương quyết cần phải ngăn cho kỹ khía cạnh này của cuộc sống, nó sẽ khiến anh ta từ bỏ cái cách thương yêu không dẫn đến đâu.

Vậy nên, tôi cho rằng hạnh phúc thầm kín và riêng tư không hề trái với đức hạnh, mà chính nó là đức hạnh thì đúng hơn, và cái từ đẹp đẽ này nói cho ta biết, đức hạnh đồng nghĩa với sức mạnh^[104]. Bởi người hạnh phúc nhất, theo nghĩa đầy đủ của từ này, rõ ràng là người biết cách quẳng đi cái dạng hạnh phúc chung, như người ta vứt bỏ áo quần. Nhưng tài sản đích thực của mình thì anh ta chẳng thể nào quẳng đi được, ngay anh lính bộ binh đang xông lên hay anh phi công đang rơi cũng không làm thế, hạnh phúc riêng tu đóng chốt vào họ như chính mạng sống của họ vậy, họ chiến đấu bằng hạnh phúc của mình như chiến đấu bằng vũ khí, vì vậy mà người ta nói người anh hùng ngã xuống cũng hạnh phúc. Nhưng ở đây cần sử dụng cách nói khẳng khái đặc trưng của Spinoza để khẳng định: không phải là họ hạnh phúc vì được chết cho tổ quốc, mà ngược lại, chính vì họ hạnh phúc nên họ mới có sức mạnh để chết. Mong sao những vòng hoa của tháng mười một^[105] được kết bằng tinh thần ấy.

5 tháng mười một 1922

90. Hạnh phúc thật hào phóng

Cần mong muốn được hạnh phúc và cần góp phần mình vào đó. Nếu người ta cứ ngồi ì ở vị trí khán giả vô tư, để ngổ lỏi vào chờ đón hạnh phúc, cửa mở toang, thì nỗi buồn mới là kẻ bước vào nhà. Bản chất của sự bi quan nằm ở chỗ một tâm trạng bức dọc đơn thuần không được điều chỉnh sẽ chuyển thành trạng thái buồn rầu hay tức giận, như ta vẫn thấy ở đứa trẻ ngồi không, và ta chẳng phải chờ lâu. Sức hút của trò chơi, mãnh liệt đến thế với tuổi nhỏ, không giống với sức hút của một thứ trái cây ngon lành đang đánh động cơn đói hay cơn khát, mà tôi nhìn thấy trong đó ý muốn được hạnh phúc thông qua trò chơi, như khi ta thấy người khác đang vui sướng. Và ở đây, ý chỉ tóm được con mồi bởi chỉ cần chuyển động, đánh quay, chạy nhảy, la hét, tức những thứ mà người ta có thể ham muốn, bởi việc có được chúng sẽ lập tức theo sau. Quyết tâm tương tự cũng có trong các lạc thú ở đời, vốn là lạc thú do quy ước, nhưng chúng cũng đòi hỏi ta tham gia với trang phục và thái độ đúng đắn, những thứ củng cố cho quy ước. Điều khiến thị dân thích nhất ở chốn thôn dã là việc anh ta đi đến đó, bên trong hành động đã có sẵn ham muốn rồi. Tôi cho rằng chúng ta không biết ham muốn gay gắt những gì chúng ta có thể làm được, hy vọng mà không được hỗ trợ thì luôn buồn bã. Chẳng vậy mà đời sống riêng tư luôn luôn ủ ê với ai chờ đợi hạnh phúc như đòi một món nợ.

Mỗi người chúng ta ai cũng từng đề ý một kẻ gia trưởng nào đó rồi, và người ta, do cách nhìn quá đơn giản, khẳng khái cho rằng kẻ ích kỷ lấy việc ban hành những luật lệ bó buộc những người xung quanh làm nguồn vui. Thật ra mọi thứ không phải như vậy, kẻ ích kỷ cảm thấy u sầu vì anh ta ngóng chờ hạnh phúc, ngay cả khi anh ta chẳng phải chịu đựng một nỗi khổ nào trong số vô vàn sự khốn khổ có thể thì tâm trạng buồn chán ấy vẫn cứ ập đến, và như vậy, cái mà kẻ ích kỷ áp đặt lên những người thương yêu mình hoặc ít ra là sợ mình, chính là luật lệ của buồn chán và sự khốn khổ. Ngược lại, tính tình xởi lởi có cái gì đó thật là hào phóng, nó cho đi nhiều hơn là nhận về.

Đúng là chúng ta phải nghĩ đến hạnh phúc của người khác, nhưng người ta ít khi nhắc cho chúng ta nhớ rằng cái tốt đẹp nhất mà ta có thể làm cho những người yêu thương mình chính là biểu cảm sự hạnh phúc có ở trong ta.

Đó chính là cái mà ta học được từ phép lịch sự, vốn là một dạng hạnh phúc bề ngoài. Một quy luật muôn đời hay bị bỏ quên là những cái bề ngoài có thể tác động lên những cái bên trong, và cũng chính vì thế mà người lịch thiệp thường được đền bù, mà nhiều khi cũng không biết là mình được đền bù. Lời tán dương hay nhất dành cho những người trẻ tuổi, luôn luôn có hiệu ứng, là đứng trước những người lớn tuổi họ không hề mất vẻ hạnh phúc rạng ngời vốn là cái đẹp, giống như họ đang ban ân sủng, và cái mang tên ân sủng ấy, giữa những lớp nghĩa khác của cái từ giàu ngữ nghĩa này, chính là niềm hạnh phúc không cần nguyên do và xuất phát từ bản thể như tuôn ra từ suối nguồn. Trong ân lành có thêm một chút chú tâm, và cả chủ tâm nữa, những thứ sẽ đến khi sự phong phú của tuổi xuân không còn đủ nữa. Nhưng, dù bạo chúa có là ai, thì cách lấy lòng ông ta vẫn là ăn ngon hoặc không tỏ ra buồn chán. Chính vì vậy mới xảy ra chuyện một bạo chúa rầu rĩ, và có vẻ không khoái niềm vui của kẻ khác, thường bị đánh bại và bị chinh phục bởi những người toát lên niềm vui lẫn át hết thảy mọi thứ. Các tác giả cũng nhờ niềm vui viết lách mà được ưa thích, và người ta thật chí lý khi nói về niềm hạnh phúc viết lách, niềm hạnh phúc khi tìm

được lời hay. Mọi vật trang trí đều vui tươi. Người khác bao giờ cũng chỉ hỏi thăm những thứ dễ chịu nhất với ta. Chẳng thế mà phép lịch sự mới có thêm một cái tên thật đẹp, đó là “biết sống”^[106].

10 tháng tư 1923

91. Nghệ thuật hưởng thụ hạnh phúc

Người ta nên dạy trẻ con một cách kỹ càng về nghệ thuật hưởng thụ hạnh phúc. Không phải nghệ thuật hưởng thụ hạnh phúc khi bất hạnh rơi xuống đầu ta, cái này thì tôi xin nhường cho các triết gia khắc kỷ, mà là khi hoàn cảnh cứ ở mức bình bình và mùi đời cay đắng gói gọn trong những nỗi buồn bực nho nhỏ và những nỗi bứt rứt con con.

Quy tắc đầu tiên là không bao giờ kể lể với người khác những bất cực của mình dù nó ở trong hiện tại hay quá khứ. Phải coi việc tả cho người khác một cơn đau đầu, hay buồn nôn, ợ chua, quặn ruột, kể cả bằng những từ ngữ được lựa chọn kỹ càng đi nữa, là bất lịch sự. Tương tự như vậy với những chuyện bất công và những nỗi thất vọng. Phải giải thích cho trẻ con và thanh niên, cho cả người lớn nữa, cái điều mà tôi thấy dường như họ hay quên, rằng những lời ta thán về mình chỉ làm người khác rầu lòng mà thôi, nghĩa là rốt cuộc sẽ làm người khác bực bội, cho dù họ có tìm kiếm những bầu tâm sự như thế, cho dù họ có vẻ thích an ủi người khác. Bởi nỗi buồn cũng giống như độc tố vậy; người ta có thể thích nó đẩy song có nó thì lại không ổn thỏa được; và cảm xúc sâu sắc nhất vẫn là thứ lẩn át sau cùng. Người ta ai cũng tìm cách sống chứ đâu có tìm cách chết; và ai cũng tìm đến những người sống đúng nghĩa, ý tôi là những người tỏ ra hài lòng trong những điều họ nói cũng như trong những điều họ bộc lộ. Nếu mỗi người cùng góp củi nhen lửa thay vì rỏ nước mắt xuống tàn tro thì xã hội con người sẽ tuyệt vời biết bao nhiêu.

Hãy lưu ý rằng đó đã từng là quy tắc của một xã hội lịch sự, và đúng là ở trong một xã hội như thế, người ta buồn chán vì không được nói năng thoải mái. Giới tư sản của chúng ta đã biết cách trả lại cho xã hội cách ăn nói thẳng thắn cần phải có, đó là một cái tốt. Thế nhưng, đó không phải là lý do để ai cũng góp thêm phần của mình vào khối khổ sở chung, để cho tâm trạng buồn bực càng thêm phần đen tối. Mà đó là lý do để cộng đồng được mở rộng ra bên ngoài gia đình, bởi vì trong phạm vi gia đình, thông thường, do quá vô tâm, do quá tin tưởng, người ta phàn nàn cả về những điều nhỏ mọn mà người ta thậm chí sẽ không nghĩ đến nếu có một chút gì đó gọi là mối bận tâm làm người khác vui lòng. Cái thú lao vào kiếm chuyện quanh những vấn đề to tát hẳn là vì người ta nhờ đó mà quên đi, do cần thiết, cả trăm ngàn nỗi bất hạnh con con mà kể lại sẽ gây ra buồn chán. Kể kiếm chuyện, như người ta vẫn bảo, tự chuốc lấy lao tâm khổ tứ, và nỗi lao khổ ấy biến thành khoái cảm, như khoái cảm của người nhạc sĩ hay họa sĩ; nhưng trước tiên, kể gây chuyện được giải thoát khỏi mọi nỗi khổ sở nhỏ nhặt mà anh ta chẳng có cơ hội hay thì giờ kể lể. Nguyên tắc là đây: nếu không đã động đến những nỗi khổ sở của mình, ý tôi là những nỗi khổ sở nhỏ nhặt, thì anh sẽ chẳng nghĩ về chúng lâu đâu.

Trong nghệ thuật hưởng thụ hạnh phúc mà tôi đang nghĩ đến, tôi sẽ cho thêm những lời khuyên bổ ích về việc sử dụng thời tiết xấu. Khi tôi đang viết những dòng này thì trời đổ mưa, mái ngói reo lạnh canh, các rãnh nước chuyện trò rôm rả, khí trời được thau rửa trong veo như thể được thanh lọc vậy, còn các đám mây thì rã ra như những đồng giẻ tua rua tuyệt đẹp. Cần phải học cách nắm bắt những vẻ đẹp ấy. Nhưng người này thì kêu là mưa làm mùa màng thất bát. Người khác thì, cái gì cũng vấy bùn hết cả rồi. Và người thứ ba thì nói, giá mà được ngồi xuống cỏ thì có phải là thích lắm không. Rõ rồi, tôi biết cả rồi, nhưng những lời than vãn châm chích của các vị đâu có giải quyết được việc gì, còn tôi thì hứng cả một trận mưa phàn nàn theo tôi về mái tận nhà. Thế là, khi trời mưa người ta lại càng mong được trông thấy những khuôn mặt hồ hởi. Vậy nên, hãy tươi tỉnh lên những lúc thời tiết xấu.

8 tháng chín 1910

92. Về nghĩa vụ hưởng thụ hạnh phúc

Muốn khổ sở hay bực mình thì chẳng khó gì, chỉ cần ngồi xuống như một ông hoàng chờ người ta mua vui cho mình, ánh mắt rình rập và cân đo hạnh phúc như một loại thực phẩm, ném lên mọi vật một sắc màu buồn chán, không phải là không uy nghi, bởi có một kiểu quyền lực nào đó trong việc coi thường mọi sự hiến tặng, nhưng ở đó tôi cũng nhìn thấy một tâm trạng bồn chồn và căm ghét với những người công nhân khéo léo vốn chẳng cần gì nhiều nhận cũng tạo ra được hạnh phúc, y như những đứa trẻ xây lâu đài trên cát. Tôi thì tôi xin chuồn. Kinh nghiệm đã đủ cho tôi thấy rằng người ta không thể giải sầu cho những kẻ buồn chán với chính mình được.

Trái lại, nhìn thấy hạnh phúc mới đẹp làm sao; đó là cảnh tượng đẹp mắt nhất. Còn gì đẹp cho bằng một đứa trẻ? Cũng bởi nó nhập tâm với các trò chơi, nó không chờ người ta chơi thay cho nó. Đúng là một đứa trẻ đang dỗi thì trung ra với chúng ta một vẻ mặt hoàn toàn khác, vẻ mặt của kẻ không thêm vui vẻ, và may sao trẻ con lại mau quên, không giống những đứa trẻ đã lớn cứ mãi không thôi dỗi dằn. Lý do của họ có sức mạnh, tôi biết, để có hạnh phúc phải khó nhọc lắm, lúc nào chẳng thế, đó là một cuộc vật lộn chống chọi với bao sự kiện, với bao con người. Cũng có khi ta thất bại, chắc chắn là có những sự kiện không thể vượt qua và những nỗi bất hạnh còn lớn hơn nỗi bất hạnh của một người đang học triết học khắc kỷ, nhưng nghĩa vụ hiển nhiên nhất là không được nói rằng mình đã thua trận khi còn chưa chiến đấu hết mình. Và nhất là, tôi cho rằng nếu đã không muốn, thì hiển nhiên người ta sẽ không thể hạnh phúc được. Như vậy cần phải muốn được hạnh phúc và cần phải xây dựng hạnh phúc.

Có một điều người ta ít khi nhắc đến: hưởng thụ hạnh phúc còn là nghĩa vụ của ta đối với những người khác nữa. Người ta thường nói rằng chỉ những người hạnh phúc mới được yêu mến, nhưng người ta lại quên mất rằng đây là một phần thưởng công bằng và xứng đáng, bởi vì bất hạnh, buồn chán, tuyệt vọng luôn lớn vờn trong bầu không khí mà chúng ta ai nấy đều hít thở, vì vậy mà chúng ta mắc nợ một vòng nguyệt quế với những người biết xua tan các chướng khí và bằng cách nào đó thanh lọc đời sống chung bằng tấm gương cương nghị của họ. Thế nên trong tình yêu chẳng có gì sâu sắc bằng lời thề nguyện hạnh phúc. Còn gì khó vượt qua hơn nỗi chán nản, buồn bã hay bất hạnh của những người mà ta yêu quý đây? Tất cả đàn ông và đàn bà đều nên tâm niệm rằng hạnh phúc, ý tôi nói thứ hạnh phúc người ta chinh phục cho chính mình, là món quà hiến tặng đẹp đẽ nhất và hào phóng nhất.

Tôi thậm chí còn muốn đề xuất tặng thưởng một vòng hoa công dân danh dự cho những người quyết tâm có được hạnh phúc. Bởi vì, theo như tôi nghĩ, những xác chết, và những đồ nát, và những chỉ tiêu điên rồ, và những cuộc xung phong dè dặt, tất cả đều là tác phẩm của những người chưa bao giờ biết hưởng thụ hạnh phúc và không thể chịu đựng nổi việc những người khác đang nỗ lực hưởng thụ hạnh phúc. Hồi bé, tôi thuộc loại nặng cân, khó đánh bại, khó lay chuyển, phản ứng cảm xúc chậm chạp. Thế nên thường xảy ra chuyện một đứa nhệ ký nào đó, gây xác xơ vì rầu rĩ và chán nản, khoái giật tóc tôi, càu vẹo và còn chế nhạo nữa, cho đến khi lĩnh một cú đấm trời giáng mới thôi. Bây giờ, khi nhận ra một kẻ dị dạng nào đó đang tuyên chiến và chuẩn bị chiến tranh, tôi không bao giờ buồn ngó ngàng đến các lý do của hắn, vì tôi đã quá hiểu những thiên tài đầy dã tâm ấy, những kẻ không chịu đựng nổi việc nhìn thấy người khác được bình yên. Thế nên nước Pháp yên bình, hay nước Đức yên bình cũng vậy, trong mắt tôi là những đứa trẻ to xác bị một đám trẻ ranh xấu bụng hành hạ mà cả giận mất khôn.

16 tháng Ba 1923

93. Cần phải thề nguyện

Bi quan là tính khí, lạc quan lại là ý chí. Ai buồn xuôi, người ấy sẽ buồn bã, nói thế vẫn còn quá nhẹ, vì chẳng mấy chốc anh ta sẽ lên cơn bức dọc và cáu giận. Như ta vẫn thấy các trò chơi của trẻ con sẽ biến thành ầu ẩu khi thiếu luật lệ, và ở đó không có nguyên nhân nào khác ngoài thứ sức mạnh bừa bãi tự mình cần mình. Xét cho cùng, làm gì có tính khí vui vẻ, tính khí thì lúc nào cũng ban gặt, và hạnh phúc nào cũng đều phụ thuộc vào ý chí và sự điều chỉnh bản thân. Trong mọi trường hợp, lập luận đều thể hiện sự lệ thuộc. Tính cáu bẳn hình thành từ những cơ chế lạ lùng được phóng lớn ở những người điên: lúc nào cũng có cái vẻ y như thiệt và cái vẻ hùng hồn trong lời nói của một kẻ bất hạnh suốt ngày đinh ninh rằng mình bị người khác hành hạ. Sự hùng hồn lạc quan có thể xoa dịu người khác, nó chỉ ngăn cản những cơn điên cuồng lắm lời mà thôi, còn thì nó điều độ, như âm sắc của nó chứng tỏ, và ngôn từ không quan trọng bằng giai điệu. Cái nghe như tiếng chó gào gừ mà người ta luôn bắt gặp trong cơn bấn gặt là cái phải được thay đổi đầu tiên; bởi vì đó chính là nỗi khổ ở bên trong chúng ta và kéo theo đủ kiểu khổ khác ở xung quanh ta. Chính vì thế, phép lịch sự là một quy tắc chính trị, lịch sự và chính trị là hai từ có quan hệ họ hàng, do đó ai lịch sự người ấy tức đang làm chính trị ^[107].

Sự mất ngủ chỉ dạy ta chuyện đó. Ai cũng biết trạng thái đặc biệt này, nó làm cho ta tin rằng bản thân sự tồn tại của ta đã là một cái gì không thể chịu đựng nổi. Ở đây, cần phải xem xét cho kỹ. Sự điều chỉnh bản thân là một phần của tồn tại, còn hơn như thế, nó cấu thành và đảm bảo cho tồn tại. Trước tiên là bằng hành động. Giấc mơ của một người xê gổ dễ biến thành hiện thực. Khi cả bầy chó săn lao đi sục sạo, thì đó không phải là lúc để chúng cắn nhau. Như vậy xê gổ là bài thuốc đầu tiên chữa lành những nỗi khổ sở tư duy. Nhưng ý nghĩ tinh táo tự bản thân nó đã có tác dụng xoa dịu rồi, và nó tách khổ sở ra bằng cách lựa chọn. Thế nhưng, nỗi khổ sở gắn với việc mất ngủ lại nằm ở chỗ người ta muốn ngủ cho bằng được và tự hạ lệnh cho mình không được động đậy hay chọn lựa gì cả. Thiếu đi sự điều chỉnh bản thân này, các cử động và ý nghĩ lập tức cùng nhau trôi theo một dòng chảy cơ học, các cơn chó lại lao vào cắn nhau. Mọi cử động đều làm cơ thể ta rung động và mọi ý nghĩ đều gây cho ta cảm giác chua chát. Ta nghi ngờ cả người bạn tốt nhất của mình, mọi tín hiệu đều bị hiểu theo chiều hướng xấu, ta tự thấy mình lỗ bịch và ngu ngốc. Các dấu hiệu bề ngoài này đập vào mắt ta, và đó không phải là lúc để đi cửa gổ.

Ta thấy rất rõ là tính lạc quan đòi hỏi phải có một lời thề. Dù điều đó thoát tiên nghe có vẻ lạ lùng, nhưng vẫn cần phải thề rằng mình sẽ hạnh phúc. Phải có một cú quất roi của người chủ để cắt đứt mọi tiếng tru tréo của đàn chó. Tóm lại, để phòng hờ, mọi ý nghĩ ừ ừ phải được coi là chứa đầy chất lừa lọc. Cần phải làm như thế, vì chúng ta dễ rảnh rang một tí là đâm ra khổ sở, dẫn vật ngay. Có nỗi buồn chán làm bằng chứng. Nhưng thứ cho thấy rõ nhất, rằng các ý nghĩ của ta tự chúng không gây ra tâm trạng chua chát mà chính sự sôi sục mới làm cho ta bức rứt, chính là trạng thái gà gât lằng lằng, tại đó mọi thứ trong cơ thể đều được thả lỏng; trạng thái đó không kéo dài lâu, khi giấc ngủ lấp ló như thế, thì nó chỉ còn ở cách đó không bao xa. Nghệ thuật ngủ, hỗ trợ đặc lực cho tự nhiên, cốt là để ta không rơi vào những suy nghĩ nửa vời. Hoặc là nghĩ căng óc, hoặc là không nghĩ gì cả, bởi kinh nghiệm cho thấy, mọi ý nghĩ không được tiết chế đều làm lẫn. Phán xét quyết đoán này hạ các ý nghĩ xuống cùng hàng với những giấc mộng và chuẩn bị đón những giấc mộng lành không gai. Ngược lại, chìa khóa đọc các giấc mơ khoát tầm quan trọng lên tất cả mọi thứ. Đó chính là chìa khóa dẫn tới sự bất hạnh.

29 tháng chín 1923

HẾT

"Trang sách chính là cửa sổ mở sang những cuộc đời khác, những thế giới khác. Và cũng là chỗ để ánh sáng mặt trời rọi vào cuộc đời mình".

—Nhà toán học Ngô Bảo Châu

Alain
nói về
hạnh
phúc



"Tôi chắc bạn có nhiều niềm vui. Đó mới đúng là thứ cần được trao đi và nhận lại. Đó mới đúng là pháp luật sự dịch chuyển khiến tất cả mọi người đều phong lưu, trước tiên là cho chính người đi tặng. Đó mới đúng là kho báu mà càng được trao đi bao nhiêu thì càng được nhận lại bấy nhiêu. Bạn có thể rải nó khắp phố phường, trên toa xe điện, hay trong các quầy bán nó sẽ không vì thế mà suy sụp đến một nguyên tử. Bạn rải nó ở đâu, nó sẽ mọc lên và trở hoa ở đấy."

"Hạnh phúc không phải là kết quả của hòa bình, mà chính là nền tảng của hòa bình."

"Đừng là chúng ta phải nghĩ đến hạnh phúc của người khác, nhưng người ta ở khi nhắc cho ta nhớ rằng cái tốt đẹp nhất mà ta có thể làm cho những người yêu thương mình chính là biểu cảm sự hạnh phúc có ở trong ta."

"Hãy cười thôi, hãy giải thoát, và đừng run sợ. Người nào tự do người ấy sẽ không mang vũ khí."



facebook.com/
nhaxuatban.tre

ISBN 978-604-1-01724-5

Alain nói về hạnh phúc



334974 117926

Giá: 105.000 đ

nxbtre.com.vn



tve-4U

CÙNG ĐỌC, CÙNG CHIA SẺ

[1] Alexandre Đại đế xứ Macédoine (356-323 tr. CN). (Tất cả chú thích trong sách là của người dịch)

[2] Aristote (384-322 tr. CN): Triết gia Hy Lạp.

[3] André Masséna (1758-1817): Danh tướng nước Pháp, thuộc mười tám thống chế đầu tiên của Napoléon, được Napoléon coi là một trong những vị tướng kiệt xuất nhất của mình.

[4] Charles Maurice de Talleyrand-Périgord (1754-1838): Nhà ngoại giao rất nổi danh của nước Pháp, đóng vai trò quan trọng trên chính trường Pháp dù là ở dưới chế độ nào, từ thời Louis XVI, qua thời Napoléon tới tận triều vua Louis-Philippe.

[5] Alain muốn nói tới sự bùng nổ của Thế chiến thứ nhất (1914-1918).

[6] Trong tiếng Pháp, từ "irritation" vừa được dùng để chỉ sự kích ứng, vừa được dùng để chỉ sự tức tối.

[7] Bài bridge trong nguyên tác là một trò chơi với 52 quân bài, bốn người chơi chia thành hai cặp đấu với nhau.

[8] Cái rừng mình nổi tiếng của Blaise Pascal (1623-1662), nhà toán học, vật lý học, thần học, triết gia, và đạo đức học người Pháp, là cái rừng mình khi thấy con người lạc lõng ở giữa sự vô cùng lớn của vũ trụ và sự vô cùng bé của nguyên tử.

[9] Baruch Spinoza (1633-1677): Triết gia người Hà Lan gốc Do Thái, là người theo chủ nghĩa duy lý. Ông có nhiều tác phẩm nổi tiếng về luận lý học, nhận thức luận và siêu hình học.

[10] René Descartes (1595-1650): Nhà khoa học và triết học vĩ đại người Pháp. Ông từng giải thích các lý thuyết cơ học, mặc dù không đúng nhưng đã đánh đổ được những giải thích mơ hồ khác lúc bấy giờ. Sau khi tốt nghiệp Cử nhân Luật, Descartes đã có lúc gia nhập quân đội và tham gia nhiều trận chiến.

[11] Tác phẩm *Traité des passions* sẽ được tạm dịch như vậy trong suốt quyển sách này.

[12] Khu rừng thuộc tỉnh Namur, bang Wallonie miền Nam Vương quốc Bỉ. Vùng này chủ yếu nói tiếng Pháp.

[13] Theo Kinh Thánh (Corintho 1, 6:19: Thân xác của anh em là đền thờ của Thánh Thần), anh này cho rằng anh đã gặp Thiên Chúa và Người ban cho anh khả năng tiên tri.

[14] Các triết gia lớn của Hy Lạp thời tiền Socrates.

[15] Tên một vùng đất ở Ai Cập cổ đại, có thủ phủ là thành phố Thèbes. Đây là một vùng đất có sa mạc vây quanh nên được mệnh danh là “chôn biệt lập và hoang dã”.

[16] Dầu thầu dầu khi được dùng như một vị thuốc đông y thì nó có tác dụng nhuận tràng rất cao. Liều lượng cao (1-2 hạt) có thể gây tử vong.

[17] Tác giả nhắc đến tay đao phủ Trung Hoa hành quyết người tử tù bằng cách để cho nước nhỏ từng giọt lên đầu, ngày này qua ngày khác cho đến chết.

[18] Một loài cây rất thích hợp với khí hậu khô cằn và khắc nghiệt ở Maroc. Gỗ của nó rất cứng, dầu của nó là một loại hương liệu quý.

[19] Xứ Scythie được cho là có người Scythie sống từ thế kỷ VIII tr. CN cho tới thế kỷ thứ II. Theo một số người thì ở đó có vùng đất của các nữ chiến binh Amazon; địa giới xứ này không được xác định rõ ràng, nhìn chung là ở khu vực Thrace và Pont-Euxin.

[20] Cha của Alain làm nghề chăn ngựa.

[21] Một hợp chất hữu cơ được dùng làm chất gây mê trong phẫu thuật vào đầu thế kỷ XX tại Hoa Kỳ, nhưng sau đó bị cấm sử dụng vì tính độc cao.

[22] Thành phố thuộc bang Wallonie, Vương Quốc Bỉ.

[23] Tỉnh phía Đông Bắc nước Pháp, nằm giáp với nước Đức, là nơi xảy ra rất nhiều tranh chấp biên giới trong lịch sử, có một số quãng thời gian thuộc lãnh thổ nước Đức.

[24] Theo Alain, đây là một nhân vật do Platon tạo ra (xem thêm bài 31. Trên đồng cỏ lớn)

[25] Alain viết bài này chỉ chín ngày sau vụ đắm tàu Titanic (15/4/1912).

[26] Ở đây Alain viết có 1800 nạn nhân trong vụ đắm tàu, nhưng theo con số chính thức thì có khoảng 1500 người chết.

[27] Vở kịch nổi tiếng của Shakespeare với rất nhiều âm mưu và tội ác, cùng nhân vật Lady Macbeth đáng sợ.

[28] Sicambre có thể hiểu là người Gaulois, mặc dù ban đầu từ này chỉ một giống người Germanic sống ở hữu ngạn sông Rhin. Câu nói nổi tiếng này tương truyền là lời của giám mục Rémy khi làm lễ Rửa Tội (gia nhập Công giáo) cho vua Clovis và quân lính của ông vào năm 496 tại thành phố Reims.

[29] Vua David trong Kinh Thánh, người rất giỏi chơi đàn lia, mang sự yên bình tới cho tâm hồn người khác.

[30] René Fonck (1894-1953): Phi công lái máy bay chiến đấu huyền thoại người Pháp, lập rất nhiều chiến công trong Thế chiến thứ nhất, được coi là phi công giành nhiều chiến thắng nhất trong các cuộc đối đầu của cả lịch sử.

[31] Ở đây Alain chơi chữ: cụm từ “se mordre la langue” có nghĩa đen là “cắn phải lưỡi” và nghĩa bóng

là “ân hận vì lỗi lầm”, còn “cắn rứt” (tức “hối hận”) là “remords”, phái sinh từ động từ “remordre”, có thể hiểu là “lại cắn”.

[32] Triết gia khắc kỷ người La Tinh (Hiérapolis, Phrygie, kh. 50 - Nicopolis, Épire, kh. 130).

[33] Jean-Martin Charcot (1825-1893): Bác sĩ tâm thần người Pháp, rất nổi tiếng với phương pháp chữa bệnh loạn thần kinh bằng thôi miên. Sigmund Freud từng là học trò của ông.

[34] Hệ thống tinh xảo mà Alain đề cập trên đây là thuyết Phân tâm học của Freud, nghiên cứu hiện tượng vô thức vốn hiện diện trong đời sống con người, để chữa các chứng bệnh thần kinh.

[35] Tên thật là Marie-Henri Beyle (1783-1842), nhà văn người Pháp nổi tiếng về các đề tài hiện thực.

[36] Nhân vật anh hùng, lập được nhiều chiến công phi thường trong thần thoại Hy Lạp.

[37] Michelangelo di Lodovico Buonarroti Simoni (1475-1564), tên thường gọi là Michelangelo, họa sĩ, nhà điêu khắc, kiến trúc sư, nhà thơ và kĩ sư thời Phục hưng của Ý.

[38] Con quái vật nhà Gorgone trong thần thoại Hy Lạp, có cái đầu xấu xí khủng khiếp, mái tóc được lũ rắn kết thành và đặc biệt là ánh mắt làm hóa đá những ai lỡ nhìn thấy.

[39] Bà đồng ở đền Delphes, trung gian truyền đạt những lời sấm của thần Apollon, thường được miêu tả là ngồi trên một cái ghế ba chân.

[40] Theo truyền thuyết, thánh Christophe là người cõng Chúa Hài Đồng qua sông, sang đến bờ bên kia thì nhận được lời Chúa nói rằng ông vừa cõng cả thế giới trên lưng.

[41] Theo thần thoại Hy Lạp, Cassandre là nàng công chúa có quyền năng tiên tri, nhưng chỉ dự đoán được những chuyện tồi tệ, và không được ai nghe theo.

[42] *Histoire de Gil Blas de Santillane* (tạm dịch là *Gil Blas xứ Santillane*): Tác phẩm hài của Alain - René Lesage (1668-1747) kể về cuộc đời nhiều phiêu lưu của Gil Blas, trải qua cả bản cùng lần tù tội và chứng kiến rất nhiều chuyện, nhưng cuối cùng có kết cục tốt đẹp.

[43] Đơn vị tiền tệ cũ của Pháp. Từ năm 2002, Pháp sử dụng đồng tiền chung của châu Âu là euro.

[44] Maurice Barrès (1896-1975): Nhà văn và chính trị gia người Pháp, có sức ảnh hưởng rất lớn đối với giới trẻ một thời.

[45] Voltaire (1694-1778): Triết gia, đại văn hào người Pháp; tên thật là François Marie Arouet. Ông là người đấu tranh cho quyền con người, quyền tự do cá nhân và quyền tự do tôn giáo.

[46] Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832): Nhà văn, nhà thơ, họa sĩ người Đức. Những áng thơ bất hủ của ông được đưa vào giảng dạy trong các trường học trên toàn thế giới.

[47] Pyrrhus (319/318-272 tr. CN): Vị tướng nổi tiếng người Hy Lạp, từng làm vua xứ Epirus; ông chết khi tham gia nội chiến ở Sparta, bị viên ngói ném trúng đầu tại Argos. Pyrrhus được Plutarchus (Plutarque) viết tiểu sử trong *Vitae Parallelae* (*Những cuộc đời song hành*).

[48] Jean Calvin (1509-1564): Nhà thần học phái Cải cách người Pháp, sinh tại Pháp, sống phần lớn cuộc đời tại Thụy Sĩ, và qua đời ở đây do phải lưu vong để tránh giáo hội Công giáo Pháp thời bấy giờ.

[49] Một cảnh trong vở kịch *Le Barbier de Séville* (*Người thợ cạo thành Xê-vin*) của kịch tác gia Pháp Beaumarchais (1732-1799).

[50] Tác phẩm *Poils de Carotte* (1894) gồm những chuyện không tiếp nối nhau được kể lại bởi cậu bé Poils de Carotte, người bị cả cha mẹ lẫn anh chị đối xử tệ bạc.

[51] Nguyên văn là “et s’il me plait à moi d’être battue”, trích lời bà vợ Sganarelle trong vở *Le Médecin malgré lui* (*Thầy thuốc bất đắc dĩ*, 1666) của kịch tác gia Pháp Molière (1622-1673).

[52] Jean de La Bruyère (1645-1696): Nhà văn Pháp, nổi tiếng nhất với tác phẩm *Caractères* (*Tính cách*).

[53] Nguyên gốc là “moralistes”, chỉ những triết gia hoặc nhà văn chuyên quan sát và viết về các chuẩn mực đạo đức, về bản chất và đời sống nhân sinh như Montaigne, Pascal, La Rochefoucauld, La Bruyère ở Pháp hay Bacon, Hobbes, Hume ở Anh.

[54] Georg Wilhelm Friedrich Hegel (1770-1831): Một trong các triết gia lớn nhất của thế kỷ XIX, theo chủ nghĩa duy tâm Đức, tác giả cuốn *Hiện tượng học tinh thần*.

[55] Romain Rolland (1866-1944): Nhà văn Pháp đoạt giải Nobel Văn học năm 1915.

[56] Honoré de Balzac (1799-1850): Tiểu thuyết gia Pháp, nổi tiếng với tác phẩm *Tấn trò đời*.

[57] Léon Tolstoi (1828-1910): Nhà văn Nga, tác giả của *Chiến tranh và hoà bình* và *Anna Karénine*.

[58] Ý chỉ Jean-Jacques Rousseau (1712-1778), văn sĩ và triết gia gốc Thụy Sĩ viết bằng tiếng Pháp, một trong những gương mặt quan trọng nhất của thời đại Ánh Sáng.

[59] Trong nguyên tác là “roulette”, chi trò quay kim trên bàn số đầy may rủi, xuất hiện đầu tiên ở Pháp vào đầu thế kỷ XVIII, sau đó nổi tiếng ở Monte-Carlo, công quốc Monaco, được xem như “nữ hoàng” của các casino châu Âu.

[60] Nhân vật trong truyện ngụ ngôn La Fontaine (1621-1695), cô đội xô sữa vào thành phố mua trứng, nhưng vì mãi suy nghĩ đến những bê, bò, lợn, máy ấp mà mình sẽ mua từ tiền bán sữa nên đã làm đổ sữa trước khi đến nơi.

[61] Jules César (100-44 tr. CN): Đại tướng và chính khách La Mã, người đặt nền móng cho đế chế La Mã.

[62] Diogène (404-323 tr. CN), triết gia Hy Lạp được xem như cha đẻ của phái Khuyển nho.

[63] Sông Rubicon ngăn cách nước Ý (bên này dãy Alpes) và xứ Gaule (phía tây dãy Alpes). Năm 49 tr. CN, César bất tuân hội đồng La Mã, vượt sông Rubicon, gây nên nội chiến giữa quân César với quân của Pompée.

[64] Auguste Comte (1798-1857): Triết gia người Pháp.

[65] Ý tác giả nói về “khổ chế”, tức là các phương thức tự hành thân xác mình vì cho thân xác là tội lỗi, của các đan sĩ thuộc các đan viện chiêm niệm. Sau Công đồng Vaticano 1963, các đan viện trên thế giới đã từ bỏ hình thức khổ chế này.

[66] Paul Déroulède (1846-1914): Nhà văn, nhà thơ, kịch tác gia đồng thời là một chính trị gia người Pháp. Ông từng tham gia trận chiến tranh Pháp - Phổ. Cuộc đời ông có nhiều thăng trầm trong chiến tranh và chính trường. Khi ông qua đời, đám tang ông có nhiều người đưa tiễn nhất kể từ đám tang của đại văn hào Victor Hugo.

[67] Lưỡi kiếm sét là vũ khí của thần Zeus, chứa tể các vị thần trên đỉnh Olympia. Vũ khí này cũng là biểu tượng của quyền lực.

[68] Nguyên văn là “soleil de janvier”, một thành ngữ chỉ người nhu nhược, dễ đổi thay, vì ở Âu Châu, tháng Giêng mặt trời thường nhợt nhạt.

[69] Lừa vùng Andalousie, được biết đến với cái tên phổ thông là Anko, là giống lừa lớn rất lý tưởng để thò kéo cho những chuyến đi xa vì rất dẻo dai.

[70] Những tộc người bên Đức, thường xuyên tấn công xứ Gaule (nước Pháp hiện đại chiếm phần lớn diện tích xứ Gaule ngày xưa) vào thế kỷ thứ III.

[71] Tên xứ sở lý tưởng trong tác phẩm *Télémaque* của Fénelon (1651-1715), triết gia, nhà văn, nhà giáo dục, lý thuyết gia chính trị người Pháp.

[72] Saint-Ouen là tên của nhà thờ lớn ở Rouen.

[73] Trong thần thoại Hy Lạp, Sisyphe phải chịu hình phạt là lăn một tảng đá lên đỉnh dốc rồi thả nó xuống, rồi lại lăn lên, cứ thế lăn mãi không ngừng.

[74] Ám chỉ California Gold Rush ở Hoa Kỳ vào năm 1848-1855. Con sốt vàng đã để lại nhiều ảnh hưởng tốt cho thành tựu khoa học, phát triển kinh tế, song cũng để lại nhiều di hại cho người bản địa, mối quan hệ đạo đức con người và môi trường, về sau Vua Hải Charlot đã cho trình chiếu bộ phim *The Gold Rush (Cuộc đổ xô đi tìm vàng)*.

[75] Trong nguyên bản là các nữ thần Furies của thần thoại La Mã, tương ứng với các nữ thần báo thù

Erinyes trong thần thoại Hy Lạp.

[76] Hãn Alain đang nói đến một vụ tử tử có thật xảy ra vào thời điểm viết bài này.

[77] François de la Rochefoucauld (1613-1680): Nhà văn, nhà đạo đức học người Pháp, nổi tiếng với những câu châm ngôn đạo đức.

[78] Robinson Crusoe: Nhân vật trong tiểu thuyết cùng tên của nhà văn Anh, Daniel Defoe (1660-1731), kể về những cuộc phiêu lưu của chàng thủy thủ người Anh trên một đảo hoang ở châu Mỹ, nơi anh dạt vào sau vụ đắm tàu và phải sống ở đó hai mươi tám năm trước khi trở về được quê nhà.

[79] Charles Louis de Secondat (1689-1755), Nam tước vùng La Brède và xứ Montesquieu, một nhà bình luận xã hội và tư tưởng chính trị người Pháp.

[80] Ý chỉ ngày 2 tháng 11, ngày lễ dành cho người chết ở Pháp và một số nước châu Âu khác. Vào những ngày gần cuối thu này, tiết trời thường u ám.

[81] Một trong những anh hùng nổi tiếng trong thần thoại Hy Lạp, nhân vật chính trong trường ca *Odyssée* của Homère (800-740 tr. CN), nhà thơ và người hát rong kể chuyện thời cổ Hy Lạp.

[82] Tên cậu bé ngốc nghếch, vụng về trong tác phẩm văn học dành cho thiếu nhi *La Sœur de Gribouille* (*Người chị của Gribouille*) của Nữ bá tước Ségur (1799- 1874), sau trở thành danh từ chỉ những người khờ khạo, ngây thơ, tự chuốc khổ vào mình.

[83] Hoàng đế La Mã (121-180), đồng thời cũng là một triết gia khắc kỷ kiệt xuất.

[84] Chỉ các triết gia, các nhà đạo đức Hy Lạp và La Mã.

[85] Nữ văn sĩ Pháp (1804-1876). *Consuelo* là một tiểu thuyết của bà, kể về cuộc đời bôn ba của cô ca sĩ có tên được đặt cho tác phẩm.

[86] Triết gia Hy Lạp (kh. 470-399 tr. CN).

[87] Thần ánh sáng, chân lý và nghệ thuật; là một trong mười hai vị thần của Hy Lạp cổ.

[88] Tên thường gọi của Tu viện Soligny, thuộc dòng Xi-tô, ở Orne, vùng Hạ Normandie, Tây Bắc nước Pháp.

[89] Người giữ các món đồ thánh (chén rượu, chén bánh, nước rửa tay, khăn lau của linh mục trước khi dâng lễ) sao cho nguyên vẹn, ngoại trừ rượu và bánh sẽ được ban cho tín đồ. Trước Công đồng Vaticano (1960-1963), nước rửa tay của linh mục cũng không được đổ đi.

[90] Nguyên văn tiếng Latinh: *Dies Irae*, một bài thánh ca cầu nguyện cho người quá cố là tín đồ Ki-tô giáo.

[91] Vào thế kỷ XX, đa số người Pháp theo Ki-tô giáo. Họ thường cầu nguyện với chuỗi hạt. Đầu chuỗi hạt có cây thánh giá. Hành động hôn thánh giá chứng tỏ họ đang có điều gì sung sướng hoặc có tâm trạng vui mừng, yêu thương, hoặc lo lắng gì đó mà họ muốn phó thác cho Chúa.

[92] Tên thường gọi của Henri de la Tour d'Auvergne, tử tước Turenne (1611- 1675), được phong tước Đại thống chế dưới thời vua Louis XIV.

[93] “Résolu” trong nguyên tác vừa có nghĩa là “quyết tâm” vừa có nghĩa là “quyết định”.

[94] Vua Louis XIV của Pháp (1643-1715), còn được gọi là Louis Đại đế hay Vua Mặt Trời.

[95] Như bao nhiêu lịch sử dựng nước và giữ nước của các quốc gia trên thế giới, Ai Cập đã từng độc lập, từng bị cai trị bởi nhiều đế quốc qua nhiều thế kỷ, bị lệ thuộc đế quốc Ottoman từ thế kỷ XVI đến thế kỷ XIX. Năm 1869, kênh đào Suez được hoàn thành, song Ai Cập với một khoản nợ khổng lồ đã khiến cho Anh Quốc nhảy vào kiểm soát đất nước này từ năm 1882. Trong khi đó Ai Cập vẫn lệ thuộc đế quốc Ottoman cho đến năm 1914. Đến năm 1922 thì Ai Cập thoát khỏi Anh Quốc.

[96] Một vị thần trong thần thoại Hy Lạp, vì ăn cắp lửa thiêng đem cho loài người mà bị thần Zeus trừng phạt, xiềng vào đỉnh núi Caucasus để hằng ngày bị đại bàng đến rỉa gan.

[97] Jean Jaurès (1859-1914): Nhà lãnh đạo Đảng Xã hội Pháp, cũng là đồng sáng lập nhật báo *L'Humanité*.

[98] Một khu phố sang trọng ở trung tâm Paris.

[99] Thầy thuốc và triết gia Hy Lạp (kh. 460 - kh. 370 tr. CN), được coi là cha đẻ của tây y. Lời thề Hippocrate, có sự thay đổi giữa các nước, là lời tuyên thệ truyền thống của các bác sỹ về y đức trước khi ra trường hành nghề.

[100] Âm chỉ trận đánh Flirey trong Thế chiến thứ nhất, tại đó quân Pháp đã đại bại trước quân Đức.

[101] Friedrich von Schiller (1759-1805): Nhà thơ lớn của Đức.

[102] Giai thoại gắn với Bias người xứ Priène, một trong bảy nhà thông thái cổ Hy Lạp.

[103] Wilhelm Richard Wagner (1813-1883): Nhà soạn nhạc, nhạc trưởng, đạo diễn kịch và nhà lý luận âm nhạc của Đức.

[104] Từ “vertu” (đức hạnh) có gốc La tinh là từ “vertud”, có nghĩa là “sức mạnh, quyền lực”.

[105] Âm chỉ ngày ký thỏa thuận ngừng bắn kết thúc Thế chiến thứ nhất (11 tháng mười một 1918).

[106] Dịch sát nghĩa từ cụm từ ghép “savoir-vivre”, trong tiếng Pháp có nghĩa là phép lịch sự, phép xử thế.

[107] Từ “politesse” (phép lịch sự) và “politique” (chính trị) có cùng căn tổ *poli*.

Table of Contents

LỜI GIỚI THIỆU

1. Con ngựa Bucéphale
2. Kích ứng
3. Marie sầu thương
4. Suy nhược thần kinh
5. Chứng phiền muộn
6. Về cảm xúc
7. Sự hãi chính là căn bệnh
8. Về trí tưởng tượng
9. Nỗi khổ tinh thần
10. Cây argan
11. Y học
12. Nụ cười
13. Tai nạn
14. Thâm kịch
15. Về cái chết
16. Các tư thế
17. Tập thể dục
18. Những lời cầu nguyện
19. Nghệ thuật ngáp
20. Cấu kinh
21. Tính cách
22. Định mệnh
23. Tâm hồn tiên tri
24. Tương lai của chúng ta
25. Tiên đoán
26. Hercule
27. Ý muốn
28. Ai cũng đạt được cái họ muốn
29. Về số phận
30. Đừng tuyệt vọng
31. Trên đồng cỏ lớn
32. Cảm xúc lân cận
33. Trong gia đình
34. Sự xót xa
35. Sự hòa thuận trong gia đình
36. Về đời tư
37. Đôi lứa
38. Buồn chán
39. Tốc độ
40. Canh bạc
41. Hy vọng
42. Hành động
43. Con người hành động
44. Diogène
45. Kẻ ích kỷ
46. Nhà vua cảm thấy buồn
47. Aristote
48. Những người nông dân hạnh phúc
49. Các loại công việc